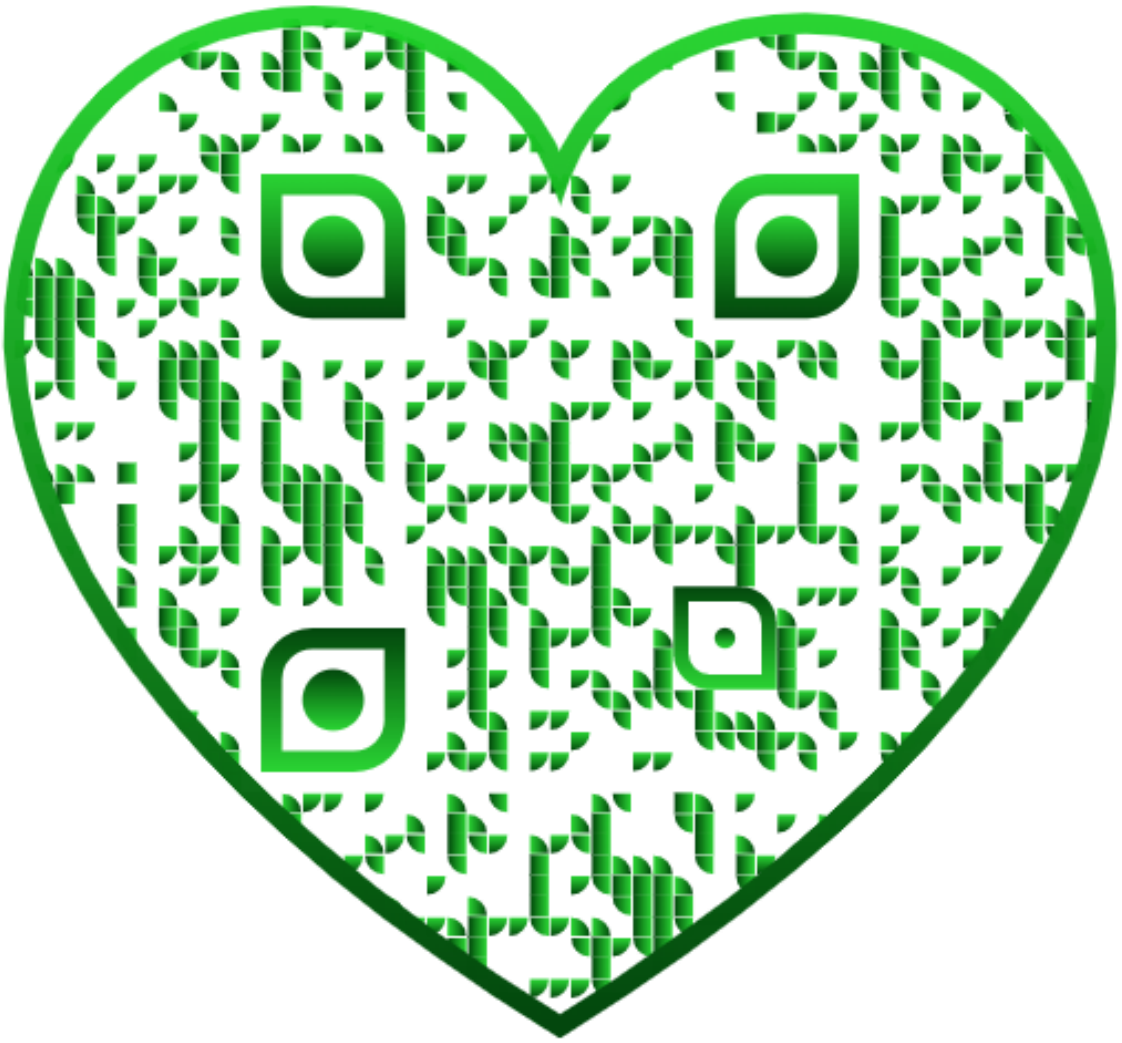
Le petit livre de
Desserts simplissimes

Héloïse Martel

140 recettes toutes simples,
100 % gourmandes !

FIRST Editions



Le petit livre de
Desserts simplissimes

Héloïse Martel

FIRST Editions

Héloïse Martel

Le petit livre de

Desserts simplissimes

FIRST Editions

© Éditions First, 2005

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur, de ses ayants droit ou de ses ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Dépôt légal : 1er trimestre 2005

Mise en pages: Georges Brevière

Éditions First
60, rue Mazarine, 75006 Paris
Tél : 01 45 49 60 00
Fax : 01 45 49 60 01
e-mail : firstinfo@efirst.com
www.editionsfirst.fr

9782754048248

SOMMAIRE

Page de titre
Page de Copyright
Introduction
LES COMPOTES
LES CRÈMES
LES CRÊPES
LES DESSERTS FRUITÉS
LES DESSERTS GLACÉS
LES FLANS
LES GÂTEAUX, PETITS OU GROS
LES MOUSSES
LES SOUFFLÉS
LES TARTES ET LES CRUMBLES
ET ENFIN... LES ACCOMPAGNEMENTS ET LES COULIS
INDEX DES RECETTES
VOUS AVEZ AIMÉ CE LIVRE ?

INTRODUCTION

Un bon repas peut-il vraiment se passer d'une touche finale sucrée ? N'est-ce pas frustrant de se lever de table sans quelque douceur ?

Vous aimez les desserts ? Vous avez la nostalgie des crèmes et des gâteaux de votre enfance ?

Vous êtes séduit par les associations inventives de fruits, d'épices ? Ne vous privez pas plus longtemps. Il n'est pas nécessaire d'avoir du temps ni d'être expert pour préparer des desserts savoureux.

Voici quelques conseils pour terminer vos repas sur une note gourmande :

- Premier principe à respecter : harmoniser le dessert avec les plats qui le précèdent. Après une entrée et un plat légers, vous pouvez sans scrupules servir ou prendre un dessert riche. Mais, après un plat riche, pensez aux digestions difficiles et prévoyez un dessert frais et léger.
- Pour confectionner vos desserts, ne vous contentez pas de produits de basse qualité ; choisissez des fruits en pleine maturité, du beurre fin, des œufs très frais.
- Si vous vous préoccupez de votre ligne, ne bannissez pas les desserts. Remplacez le sucre par un édulcorant thermostable et orientez-vous plutôt vers les recettes à base de fruits.
- Utilisez des fruits surgelés hors saison ; vous pourrez ainsi déguster un sorbet aux framboises en plein hiver.

Ce Petit Livre vous propose plus de 150 desserts à l'ancienne ou au goût du jour, simples à réaliser, pour les petits comme pour les grands, de la toute subtile compote à la rhubarbe et aux fraises à l'inattendu minestrone de fruits au basilic, du classique soufflé au Grand-Marnier

à l’exotique granité de pamplemousse au citron vert, des somptueuses feuilles sablées aux framboises au familial gâteau de riz aux pommes, des traditionnelles crêpes Suzette à la délicate marquise au chocolat.

LES COMPOTES

•

COMPOTE À LA RHUBARBE ET AUX FRAISES

4 pers. Préparation : 15 min Macération : 2 h Cuisson : 25 min

---

• 600 g de rhubarbe • 200 g de fraises • 100 g de cassonade

Réalisation

Épluchez la rhubarbe, coupez-la en tronçons, mettez-la dans une casserole avec la cassonade et laissez macérer 2 heures. Faites-la cuire ensuite pendant 20 minutes en mélangeant souvent. Goûtez pour vérifier que la compote est assez sucrée, la rhubarbe étant acide. Ajoutez de la cassonade si nécessaire. Lavez rapidement les fraises, équeutez-les, coupez-les si elles sont grosses. Ajoutez-les à la rhubarbe et prolongez la cuisson 5 minutes. Laissez un peu refroidir. Servez tiède dans un compotier ou dans des verres.

Nos conseils : Vous pouvez utiliser de la rhubarbe surgelée. Servez éventuellement cette compote avec une glace à la vanille.

COMPOTE D'ABRICOTS AU TILLEUL ET AUX AMANDES

4 pers. Préparation : 10 min Infusion : 10 min Cuisson : 15 min

---

• 1 kg d'abricots mûrs • 1 poignée de feuilles de tilleul • 4 cuil. à soupe de miel de tilleul • 4 cuil. à soupe d'amandes

effilées

Réalisation

Mettez les feuilles de tilleul dans un grand bol, recouvrez-les de 3 dl d'eau bouillante et laissez infuser 10 minutes. Passez l'infusion et versez-la dans une casserole. Ajoutez le miel.

Ouvrez les abricots en deux, ôtez le noyau et coupez les oreillons en morceaux. Mettez-les dans la casserole et laissez cuire à petit feu jusqu'à ce que le sirop soit réduit et les abricots fondants. Laissez refroidir, répartissez dans 4 coupes.

Faites griller les amandes effilées dans une poêle à revêtement antiadhésif, parsemez-les sur la compote. Servez tiède ou froid.

COMPOTE D'AUTOMNE

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 30 min

• 3 poires • 3 pommes • 8 pruneaux • 80 g de sucre • 1 gousse de vanille

---

Réalisation

Pelez les poires et les pommes, coupez-les en cubes. Coupez les pruneaux en deux, ôtez le noyau. Mettez les fruits dans une casserole, saupoudrez de sucre, ajoutez la gousse de vanille coupée en deux et arrosez avec deux verres d'eau. Faites cuire à feu doux en mélangeant régulièrement pendant environ 30 minutes. Ajoutez un peu d'eau en cours de cuisson si nécessaire. Laissez refroidir. Servez tiède ou froid.

Notre conseil : Vous pouvez mixer cette compote si vous le désirez, ou l'utiliser pour confectionner un crumble (recette p. 125).

COMPOTE DE CERISES AUX AMANDES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 1 kg de cerises bigarreau • 50 g d'amandes mondées • 150 g de sucre • 1 gousse de vanille

---

Réalisation

Lavez rapidement les cerises, équeutez-les.

Versez 1 dl d'eau dans une casserole, ajoutez le sucre et la gousse de vanille coupée en deux. Portez à ébullition. Ajoutez les cerises et les amandes. Laissez cuire 10 minutes à feu vif. Le jus doit être sirupeux. Laissez refroidir et répartissez dans 4 coupes. Mettez au frais.

Notre conseil : Vous pouvez aromatiser cette compote avec 2 cuillerées à soupe de kirsch avant de servir.

COMPOTE DE CLÉMENTINES À LA GRENADINE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 800 g de clémentines • 60 g de sucre • 4 cuil. à soupe de grenadine

---

Réalisation

Versez le sucre dans une casserole, arrosez de 2 dl d'eau et portez à ébullition. Baissez le feu et faites réduire un peu.

Pelez les clémentines, ôtez les pépins et les peaux blanches. Mettez-les dans le sirop et laissez cuire à petit feu pendant 10 minutes. Laissez refroidir à température ambiante, puis ajoutez la grenadine, mélangez bien et répartissez dans 4 coupes.

Notre conseil : Accompagnez cette compote de mendiants de Provence (recette p. 144).

COMPOTE DE FIGUES ET D'ORANGES AU MIEL

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 1 kg de figues • 4 oranges • 2 cuil. à soupe de miel

Réalisation :

Lavez les figues, coupez-les en deux, mettez-les dans une casserole. Pressez les oranges, versez le jus sur les figues, puis ajoutez le miel.

Faites cuire pendant 15 minutes à feu doux. Répartissez dans 4 coupes ou dans un compotier et servez tiède.

COMPOTE DE FRAISES À LA CANNELLE

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 10 min

• 800 g de fraises • 80 g de sucre • 2 bâtons de cannelle • 1 gousse de vanille

---

Réalisation

Lavez rapidement les fraises, puis équeutez-les. Mettez-les dans une casserole, ajoutez le sucre, la cannelle, la gousse de vanille coupée en deux et 1 verre d'eau. Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez cuire environ 10 minutes en mélangeant fréquemment. Ajoutez un peu d'eau si les fruits attachent. Laissez refroidir, retirez la vanille et la cannelle, et versez la compote dans 4 coupes. Servez à température ambiante.

Notre conseil : Servez cette compote avec du fromage blanc et des tranches de brioche toastées.

COMPOTE DE FRAMBOISES À LA ROSE

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 5 min

• 700 g de framboises fraîches ou surgelées • 100 g de sucre
• 1 cuil. à soupe d'eau de rose

Réalisation

Mettez les framboises dans une casserole, arrosez-les d'eau de rose, saupoudrez-les de sucre et faites-les cuire à feu très doux pendant 5 minutes. Servez tiède.

Notre conseil : Proposez cette compote avec une glace ou avec des crêpes (recette p. 35)

COMPOTE DE FRUITS SECS À L'ORANGE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 200 g de dattes • 200 g d'abricots secs • 2 oranges non traitées • 20 g de sucre • 2 branches de menthe fraîche

---

Réalisation

Prélevez le zeste des oranges, râpez-le. Pressez les fruits.

Mettez dans une casserole le jus d'orange, les zestes et le sucre. Portez à ébullition. Coupez les dattes et les abricots en petits morceaux, ajoutez-les au sirop et faites cuire pendant 15 minutes à feu doux. Hors

du feu, ajoutez les feuilles de menthe ciselées. Laissez refroidir. Servez à température ambiante.

COMPOTE DE MANGUES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 2 mangues • 1 citron vert non traité • 3 cm de gingembre • 60 g de sucre

---

Réalisation

Pelez le gingembre, coupez-le en fins bâtonnets. Prélevez le zeste du citron vert avec un couteau économe, détaillez-le en fines lamelles.

Versez le sucre dans une casserole, arrosez avec 4 dl d'eau et ajoutez le gingembre et le citron vert. Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez cuire pendant 10 minutes.

Pelez les mangues, coupez la pulpe en dés, mettez-les dans le sirop et poursuivez la cuisson pendant 5 minutes. Laissez refroidir à température ambiante. Répartissez les fruits et leur sirop dans 4 coupes. Placez au réfrigérateur en attendant de servir.

Notre conseil : Vous pouvez arroser cette compote d'un peu de rhum blanc.

COMPOTE DE MELON AU GINGEMBRE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 2 melons à point • 50 g de sucre • 3 cm de gingembre frais • 1 bâton de cannelle • 1 gousse de vanille

---

Réalisation

Coupez les melons en deux dans le sens de la largeur, ôtez les graines, puis évidez-les en prenant soin de ne pas trouer l'écorce.

Pelez le gingembre, coupez-le en bâtonnets.

Versez 3 dl d'eau dans une casserole, ajoutez le sucre, la gousse de vanille coupée en deux, la cannelle et les bâtonnets de gingembre. Portez à ébullition.

Coupez la pulpe du melon en cubes, mettez-la dans le sirop et laissez cuire 5 minutes. Retirez les cubes de melon, écrasez-les à la fourchette, versez-les dans les écorces évidées.

Faites réduire le sirop et versez-le sur la compote de melon. Laissez refroidir à température ambiante, puis mettez au réfrigérateur pendant 2 heures minimum. Servez très frais.

COMPOTE DE POMMES AU CITRON VERT

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 30 min

• 4 pommes • 1 citron vert non traité • 60 g de sucre

Réalisation

Prélevez le zeste du citron vert avec un couteau économe, râpez-le et pressez le fruit. Épluchez les pommes, coupez-les en petits morceaux, arrosez-les de jus de citron vert. Mettez-les dans une casserole avec le sucre, le zeste râpé et le jus. Faites cuire à petit feu pendant 30 minutes environ. Goûtez, ajoutez un peu de sucre si nécessaire. Laissez refroidir avant de servir.

COMPOTE DE POMMES ET DE POIRES AU JUS D'ÉPICES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 30 min

• 4 poires • 4 pommes • 3 oranges • 2 cuil. à soupe de miel • 2 bâtons de cannelle • 2 clous de girofle • 1 gousse de vanille

---

Réalisation

Pressez les oranges, recueillez le jus dans une casserole. Ajoutez au jus le miel et les bâtons de cannelle, la gousse de vanille fendue en deux et les clous de girofle.

Épluchez les pommes et les poires, coupez-les en dés, mettez-les au fur et à mesure dans la casserole. Faites cuire à petit feu pendant 30 minutes environ. Servez tiède dans des coupes après avoir ôté les épices.

Notre conseil : Vous pouvez passer cette compote au mixeur si vous la préférez veloutée, ou l'utiliser pour confectionner un crumble.

COMPOTE DE PRUNEAUX À L'ARMAGNAC

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 30 min

• 400 g de pruneaux • 12 cl de vin de bordeaux rouge • 100 g de sucre • 1 gousse de vanille • 2 clous de girofle • 1 sachet de thé de Ceylan • 4 cl d'armagnac

---

Réalisation

Préparez un thé fort, mettez les pruneaux à tremper pendant 15 minutes.

Égouttez-les, mettez-les dans une casserole avec le sucre, la gousse de vanille ouverte en deux et les clous de girofle. Arrosez de vin. Portez à ébullition, puis laissez cuire à petit feu pendant 30 minutes. Laissez refroidir les pruneaux dans leur sirop. Ajoutez l'armagnac, puis versez dans un compotier ou dans 4 coupes. Servez à température ambiante.

COMPOTE D’ORANGES À LA MENTHE

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

• 1, 5 kg d’oranges • 70 g de sucre • 4 branches de menthe fraîche

---

Réalisation

Pressez 500 g d’oranges, versez le jus dans une casserole et ajoutez le sucre. Faites bouillir, puis baissez le feu et laissez réduire pendant 5 minutes. Épluchez les oranges restantes, séparez les quartiers, ôtez les peaux blanches et les pépins. Mettez les quartiers dans le sirop et poursuivez la cuisson pendant 15 minutes. Laissez refroidir, puis placez au réfrigérateur. Répartissez dans 4 coupes, saupoudrez de feuilles de menthe ciselée.

LES CRÈMES

•

CHANTILLY ORANGE CACAO

4 pers. Préparation : 5 min

• 2 dl de crème fraîche liquide entière • 2 cuil. à soupe d'eau de fleur d'oranger • 2 cuil. à soupe de sucre glace • 2 cuil. à soupe de cacao amer • zestes d'orange confits (recette p. 145)

Réalisation

Mettez un saladier et la crème au réfrigérateur plusieurs heures avant la préparation.

Versez la crème et l'eau de fleur d'oranger dans le saladier, battez au fouet jusqu'à ce que le mélange épaississe, puis ajoutez le sucre glace en trois fois en continuant à battre.

Répartissez la crème dans 4 coupes, saupoudrez-la de cacao et plantez quelques zestes d'orange confits.

CRÈME À LA VANILLE ET AUX NOISETTES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 25 min

• 4 jaunes d'œufs • 1/2 litre de lait • 1 gousse de vanille • 100 g de sucre • 4 cuil. à soupe de noisettes concassées

---

Réalisation

Dans une casserole, faites chauffer le lait avec la gousse de vanille coupée dans le sens de la longueur et le sucre.

Mettez les jaunes d'œufs dans une casserole, battez-les et versez dessus en filet le lait chaud. Mettez sur feu doux et laissez épaissir sans cesser de mélanger. Lorsque la crème nappe la cuillère, répartissez-la dans 4 ramequins. Laissez refroidir, puis placez au réfrigérateur pendant 30 minutes. Saupoudrez de noisettes concassées au moment de servir.

Notre conseil : Accompagnez de brochettes de fruits au pain d'épice (recette p. 139).

CRÈME AU CAFÉ

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 25 min

• 4 œufs • 1/2 litre de lait • 1 gousse de vanille • 100 g de sucre • 6 gouttes d'extrait de café

Réalisation

Dans une casserole, faites chauffer le lait avec la gousse de vanille coupée dans le sens de la longueur. Préchauffez le four th. 5 (150°).

Mélangez les œufs et le sucre. Versez le lait en remuant à l'aide d'un fouet. Ajoutez l'extrait de café. Versez dans des ramequins et faites cuire pendant 25 minutes au bain-marie. Laissez refroidir.

Notre conseil : Accompagnez de sablés aux amandes ou de mendiants de Provence (recettes p. 107 et p. 144).

CRÈME AU CHOCOLAT AUX PISTACHES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 45 min

• 200 g de chocolat • 100 g de sucre • 50 cl de crème • 6 jaunes d'œufs • 1/3 l de lait • 2 cuil. à soupe de pistaches non salées

Réalisation

Préchauffez le four th. 5 (150°). Faites chauffer le lait, ajoutez le chocolat coupé en petits morceaux et laissez fondre.

Fouettez le sucre avec les jaunes d'œufs et la crème, puis versez le lait chocolaté.

Répartissez le crème dans 4 ramequins, mettez-les au bain-marie et faites cuire 40 minutes.

Laissez refroidir à température ambiante et placez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

Saupoudrez de pistaches concassées.

CRÈME AU CITRON

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 35 min

• 4 œufs • 1/2 litre de lait • 1 gousse de vanille • 1 citron non traité • 100 g de sucre • 2 cuil. à café de cassonade

Réalisation

Faites chauffer le lait avec la gousse de vanille coupée dans le sens de la longueur. Préchauffez le four th. 5 (150°).

Prélevez le zeste du citron avec un couteau économe, coupez-le en bâtonnets et faites blanchir une minute dans l'eau bouillante. Égouttez. Pressez le fruit.

Mélangez les œufs et le sucre. Versez le lait en remuant à l'aide d'un fouet. Ajoutez le jus du citron et le zeste. Versez dans des ramequins et

faites cuire au bain-marie pendant 30 minutes. Laissez refroidir et saupoudrez de cassonade avant de servir.

CRÈME AU PAIN D'ÉPICE

4 pers. Préparation : 5 min

• 200 g de pain d'épice • 50 cl de crème anglaise (recette p. 143)

Réalisation

Mixez le pain d'épice, versez-le dans la crème anglaise, puis placez au frais pendant 1 heure avant de servir.

Notre conseil : Servez avec des brochettes de fruits au pain d'épice (recette p. 139).

CRÈME BRÛLÉE AU CHOCOLAT

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 45 min

• 100 g de chocolat noir • 50 cl de crème liquide • 15 cl de lait • 4 jaunes d'œufs • 80 g de sucre • 100 g de cassonade

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 5 (150°).

Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Faites bouillir le lait et la crème liquide, puis ajoutez le chocolat coupé en morceaux.

Quand le chocolat est fondu, versez sur la préparation œufs-sucre et mélangez bien. Répartissez la crème dans 4 ramequins et faites cuire au bain-marie pendant 40 minutes. Laissez refroidir.

Saupoudrez le dessus des ramequins de cassonade, passez-les sous le gril du four pendant 3 minutes pour faire caraméliser la cassonade. Servez chaud, tiède ou froid.

Notre conseil : Vous pouvez remplacer le chocolat par du café ; ajoutez alors au lait bouillant 2 cuillerées à soupe de café lyophilisé.

CRÈME RENVERSÉE AU CARAMEL

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 1 h 10

• 4 œufs • 75 cl de lait • 1 gousse de vanille • 100 g de sucre en poudre • 6 morceaux de sucre

---

Réalisation

Faites bouillir le lait avec la gousse de vanille coupée en deux.

Fouettez le sucre en poudre avec les œufs entiers, puis versez le lait peu à peu.

Préchauffez le four th. 6 (180°). Mettez les morceaux de sucre dans un moule en métal, arrosez d'un peu d'eau et faites caraméliser à feu doux. Dès que le caramel brunit, placez le moule dans un bain-marie.

Versez la crème dans le moule, enfournez et faites cuire pendant 1 heure. Laissez refroidir à température ambiante, puis mettez au réfrigérateur en attendant de servir.

Notre conseil : Servez avec des meringues (recette p. 103) ou des sablés (recette p. 106 et p. 107).

CRÉMETS D’ANJOU

4 pers. Préparation : 15 min Réfrigération : 1 h

• 4 blancs d’œufs • 30 cl de crème liquide • 60 g de sucre • sel

---

Réalisation

Mettez un saladier et la crème au réfrigérateur plusieurs heures avant la préparation de ce dessert. Sortez le saladier, versez-y la crème liquide et battez en Chantilly en ajoutant le sucre peu à peu.

Battez les blancs d’œufs en neige très ferme avec une pincée de sel, incorporez-les à la Chantilly.

Tapissez 4 ramequins de gaze, répartissez la préparation dans chacun d’eux et placez au réfrigérateur au moins 1 heure avant de servir.

Notre conseil : Servez ces crémets avec des fruits rouges en été, ou du miel en hiver.

PETITS POTS DE CRÈME CAFÉ-CHOCOLAT

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 50 min

• 125 g de chocolat noir • 4 dl de lait • 2 œufs + 2 jaunes • 30 g de sucre • 1 cuil. à soupe de café lyophilisé

Réalisation

Cassez le chocolat en morceaux, mettez-le dans une casserole avec le café lyophilisé et le lait. Faites fondre le chocolat à feu très doux ou au micro-ondes.

Battez les œufs entiers avec les jaunes et le sucre, versez sur le chocolat

fondu et mélangez bien. Répartissez dans 4 ramequins.

Faites cuire au bain-marie pendant 45 minutes, laissez refroidir à température ambiante, puis placez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

Notre conseil : Décorez d'un peu de crème Chantilly (recette p. 21).

TULIPES AU CHOCOLAT ET AUX MARRONS

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 10 min

• 20 g de farine • 40 g de sucre • 2 blancs d'œufs • 12 g de beurre • 60 g de chocolat noir • 8 cl de crème • 100 g de purée de marrons

---

Réalisation

Préparez les tulipes : mélangez la farine et le sucre, ajoutez les blancs d'œufs et le beurre fondu, et mélangez bien.

Préchauffez le four th. 7 (210°). Recouvrez la plaque du four de papier sulfurisé. Déposez 4 cuillerées à soupe de la préparation en les espaçant et étalez-les en leur donnant une forme ronde de 15 cm de diamètre environ. Faites cuire pendant 5 minutes.

Décollez immédiatement les cercles avec une spatule et moulez-les dans 4 petits bols pour former des tulipes. Laissez refroidir.

Pendant ce temps, préparez la crème : faites fondre le chocolat avec la crème, incorporez la purée de marrons.

Démoulez avec précaution les tulipes, placez-les sur les assiettes. Remplissez-les de crème avec une poche à douille au moment de servir.

Notre conseil : Vous pouvez aussi servir cette crème marrons-

chocolats dans des coupes avec des sablés aux amandes (recette p. 107).

LES CRÊPES

•

BLINIS AUX FRUITS SECS

4 pers. Prép. (8 blinis) : 10 min Cuisson : 35 min Attente : 1 h

---

Pâte • 120 g de farine • 1/2 sachet de levure • 15 cl de lait • 10 g de sucre • 1 blanc d'œuf • 20 g de beurre • sel

Garniture • 2 cuil. à soupe de pignons • 3 cuil. à soupe de noisettes concassées • 2 cuil. à soupe de raisins de Corinthe • 8 dattes • 25 cl de crème liquide • 10 g de sucre

---

Réalisation :

Faites chauffer le lait. Versez deux cuillerées à soupe de lait dans un bol, ajoutez la levure.

Versez la farine dans une terrine, ajoutez le sucre, la crème, une pincée de sel. Délayez avec le lait, puis incorporez la levure. Faites lever pendant 1 heure dans un endroit chaud.

Battez le blanc d'œuf en neige ferme avec une pincée de sel, incorporez-le délicatement à la pâte. Faites chauffer une noisette de beurre dans une poêle à blinis, versez une louche de pâte et faites cuire à feu doux 2 minutes de chaque côté.

Fouettez la crème liquide bien froide avec le sucre. Coupez les dattes en petits morceaux.

Mélangez-les dans un bol avec les pignons, les noisettes et les raisins.

Déposez les blinis tièdes sur un plat, recouvrez-les de crème fouettée et saupoudrez de fruits secs.

CRÊPES À LA NORMANDE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 8 min

• 8 crêpes (recette p. 35) • 3 pommes reinettes • 20 g de beurre • 2 cuil. à soupe de sucre en poudre • 4 cl de Bénédictine

---

Réalisation

Pelez les pommes, coupez-les en lamelles. Faites-les dorer dans le beurre pendant 5 minutes en les retournant délicatement, puis saupoudrez-les de sucre et laissez un peu caraméliser. Arrosez les pommes de Bénédictine et faites flamber.

Versez au centre de chaque crêpe quelques lamelles de pommes et un peu de jus de cuisson, pliez-la en deux et servez sans attendre.

CRÊPES AU SUCRE

4 pers. Préparation : 10 min Attente : 2 h Cuisson : 10 min

• 250 g de farine • 4 œufs • 1/2 litre de lait demi-écrémé • 1 cuil. à soupe d'huile • 20 g de beurre • sel

---

Réalisation

Mettez la farine dans un saladier, creusez un puits au centre, ajoutez une pincée de sel puis les œufs entiers. Mélangez avec une cuiller en bois jusqu'à obtention d'une pâte homogène, puis versez le lait petit à petit sans cesser de tourner. Ajoutez l'huile, mélangez à nouveau. Couvrez le saladier et laissez reposer 2 heures.

Au moment de faire cuire les crêpes, allongez la pâte avec un petit verre d'eau si elle est trop épaisse. Faites fondre la valeur d'un petit pois de beurre dans une poêle. Dès qu'il grésille, versez une louche de

pâte dans la poêle en tournant afin de bien répartir la pâte. Laissez cuire à feu moyen pendant 1 à 2 minutes. Soulevez le bord de la crêpe avec une spatule pour vérifier le degré de cuisson, puis retournez-la. Faites-la cuire sur l'autre face, avant de la glisser sur une assiette posée sur une casserole d'eau chaude. Préparez les autres crêpes de la même façon. Saupoudrez de sucre en poudre et servez immédiatement.

Nos conseils : Couvrez les crêpes avec un film alimentaire si vous ne les dégustez pas immédiatement et réchauffez-les sur une casserole d'eau bouillante. Vous pouvez remplacer le sucre par du miel, de la confiture, une compote (recettes p. 7 à p. 20), un coulis, du chocolat fondu, de la crème de marrons…

CRÊPES SUZETTE

4 pers. Préparation : 20 min Attente : 2 h Cuisson : 20 min

Pâte • 250 g de farine • 4 œufs • 1/2 litre de lait • 1 cuil. à soupe d'huile • 20 g de beurre • 1 orange • 1 cuil. à café de curaçao • sel

Garniture • 1 orange non traitée • 30 g de beurre mou • 30 g de sucre en poudre

---

Réalisation

Pressez une orange.

Mélangez la farine avec une pincée de sel et les œufs entiers, puis versez le lait petit à petit sans cesser de tourner. Ajoutez l'huile, le jus d'orange et le curaçao, et mélangez à nouveau. Couvrez le saladier avec un torchon, puis laissez reposer 2 heures.

Préparez la garniture : prélevez le zeste de la seconde orange avec un couteau économe et râpez-le. Pressez le fruit. Malaxez le beurre avec le sucre en poudre, le jus d'orange et les zestes.

Faites cuire les crêpes avec un peu de beurre, gardez-les au chaud au fur et à mesure de leur cuisson sur une assiette placée sur une casserole d'eau très chaude.

Tartinez chaque crêpe avec le beurre parfumé et pliez-la en quatre. Mettez les crêpes sur le plat de service. Servez chaud ou tiède.

Notre conseil : Vous pouvez flamber les crêpes avec deux cuillerées à soupe de curaçao chauffé dans une petite casserole.

LES DESSERTS FRUITÉS

•

BILLES DE FRUITS AU BEAUMES DE VENISE

4 pers. Préparation : 10 min Réfrigération : 1 h

• 500 g de pastèque • 1 melon mûr • 30 cl de beaumes de Venise • 2 cuil. à soupe de crème de cassis

---

Réalisation

Mélangez la crème de cassis avec le beaumes de Venise.

Coupez le melon en deux, ôtez les pépins puis, prélevez la pulpe avec une cuillère parisienne.

Épépinez la pastèque, prélevez également des billes dans la pulpe. Répartissez les billes de fruit dans 4 coupes, arrosez-les de beaumes de Venise au cassis et placez au réfrigérateur au moins 1 heure avant de servir.

Notre conseil : vous pouvez utiliser pour cette recette des billes de fruits surgelées.

BRICKS AUX POMMES ET AUX AMANDES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 20 min

• 8 feuilles de brick • 4 pommes • 50 g de sucre • 25 g d'amandes entières • 1 cuil. à café de cannelle • 1 citron non traité • 30 g de beurre

Réalisation

Prélevez le zeste du citron avec un couteau économe, râpez-le. Concassez grossièrement les amandes. Épluchez les pommes, coupez-les en fines lamelles. Mettez-les dans une terrine avec le sucre, la cannelle, les amandes et le zeste de citron. Mélangez bien.

Préchauffez le four th. 6 (180°). Sur un plan de travail, superposez deux feuilles de brick, déposez un quart de la préparation aux pommes, refermez en portefeuille. Faites de même avec les autres feuilles.

Faites fondre le beurre, badigeonnez les feuilles de brick au pinceau. Mettez-les sur la plaque du four ou dans un grand plat à gratin et enfournez. Laissez cuire pendant 15 minutes. Servez chaud ou tiède.

BRIOCHES EXPRESS SURPRISE

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 5 min

- 4 petites brioches • 8 cuil. à soupe de confiture d'abricots

Réalisation

Faites chauffer les brioches au four pendant 5 minutes th. 5 (150°).

Versez la confiture dans une petite casserole, réchauffez-la à feu doux. Ôtez délicatement le chapeau des brioches, évidez avec précaution la moitié de la mie, remplissez la cavité de confiture, replacez le chapeau, déposez les brioches dans une petite assiette. Servez le reste de confiture dans une saucière.

Notre conseil : Vous pouvez préparer ce dessert ultra rapide avec des confitures variées ou des coulis (recettes p. 140 à p. 142) ; vous pouvez aussi ajouter des fruits frais coupés en petits morceaux.

CROUSTILLANTS DE POIRES AU CHOCOLAT

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 35 min

• 4 poires mûres • 4 feuilles de brick • 100 g de sucre • 1 cuil. à soupe de cannelle • 4 clous de girofle • 20 g de beurre

---

Réalisation

Pelez les poires en les laissant entières. Mettez-les dans une grande casserole, arrosez-les avec 1 litre d'eau, ajoutez le sucre, les clous de girofle, la cannelle. Faites bouillir, puis baissez le feu et laissez cuire pendant 30 à 35 minutes. Vérifiez la cuisson des poires en les piquant avec la pointe d'un couteau. Égouttez-les. Préchauffez le four th. 7 (210°). Faites fondre le beurre.

Étalez les feuilles de brick sur une planche, beurrez-les au pinceau, déposez au centre une poire et refermez la feuille de brick en aumônière en la fermant avec un brin de raphia. Enfournez et laissez cuire 5 à 7 minutes. Pendant ce temps, faites fondre le chocolat coupé en morceaux avec 3 cuillerées à soupe de sirop de cuisson des poires. Versez le chocolat sur chaque assiette et déposez un croustillant de poire au milieu. Servez tiède.

CROÛTES AUX AGRUMES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 10 min

• 4 tranches de pain brioché • 100 g de poudre d'amandes • 100 g de sucre • 1 citron • 2 cuil. à soupe de zestes d'agrumes confits (recette p. 145) • 1 blanc d'œuf

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 7 (210°). Pressez le citron. Hachez les zestes

confits.

Battez le blanc d'œuf avec le sucre, puis incorporez la poudre d'amandes, le jus du citron et les zestes d'agrumes hachés. Tartinez les tranches de pain brioché avec ce mélange.

Beurrez légèrement la plaque du four, déposez les tranches de pain brioché et passez au four pendant 10 minutes. Servez tiède.

FEUILLES SABLÉES AUX FRAMBOISES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 8 min

• 120 g de farine • 80 g de beurre mou • 40 g de sucre glace + 10 g pour le décor • 300 g de framboises • sel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 7 (210°).

Mélangez au fouet la farine, le beurre, le sucre et une pincée de sel. Étalez la pâte très finement. Prélevez 12 cercles de 8 cm de diamètre environ à l'aide d'un emporte-pièce ou tout simplement d'un verre retourné.

Graissez légèrement la plaque du four, mettez les cercles de pâte et faites-les cuire 8 minutes environ en surveillant la couleur. Retirez les sablés, laissez-les refroidir.

Superposez sur chaque assiette trois sablés en les séparant par une couche de framboises. Saupoudrez de sucre glace.

Nos conseils : Vous pouvez aussi réaliser ce dessert avec des fraises Mara des bois et l'accompagner de crème Chantilly (recette p. 21).

FIGUES RÔTIES AU MIEL

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 10 min

• 8 figues violettes • 4 cuil. à soupe de miel liquide • 30 g de beurre

---

Réalisation

Lavez les figues, essuyez-les et piquez-les de quelques coups de fourchette.

Faites fondre le beurre dans une sauteuse, mettez les figues à cuire en les retournant sans cesse pendant 5 minutes. Arrosez-les de miel, puis poursuivez la cuisson pendant 5 minutes en veillant à bien enrober les figues. Retirez-les délicatement et disposez les par deux dans des coupes ou sur des assiettes. Servez chaud ou tiède.

Notre conseil : Accompagnez de glace à la vanille ou de crème anglaise (recette p. 143).

FONDUE DE FRUITS EXOTIQUES AU CHOCOLAT

4 pers. Préparation : 20 min Cuisson : 5 min

• 2 bananes • 2 kiwis • 2 mangues • 2 clémentines • 200 g de chocolat noir • 10 cl de crème fraîche • 1 cuil. à café de cannelle

---

Réalisation

Faites chauffer la crème jusqu'à ébullition, retirez du feu, ajoutez le chocolat coupé en morceaux et la cannelle. Mélangez bien.

Pelez les bananes, coupez-les en rondelles, épluchez les kiwis et coupez-les en rondelles également, pelez les mangues, détaillez la chair en carrés, épluchez les clémentines et prélevez les quartiers.

Répartissez ces morceaux de fruits en intercalant les couleurs sur des brochettes en bois.

Servez-les sur un plat avec la fondue au chocolat chaude.

FRAISES AU MONTBAZILLAC

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 5 min Réfrigération : 1 h

---

• 600 g de fraises mara des bois • 50 cl de montbazillac • 60 g de sucre • 1 cuil. à café de baies roses • 4 étoiles d'anis • 4 pincées de cannelle

---

Réalisation

Versez le montbazillac dans une casserole, ajoutez le sucre, les baies roses, l'anis étoilé et la cannelle. Faites chauffer jusqu'à ce que le sucre soit dissous, maintenez à ébullition pendant 3 minutes, puis laissez complètement refroidir avant de placer au réfrigérateur pendant 1 heure.

Passez les fraises très rapidement sous l'eau, disposez-les sur un papier absorbant et épongez-les délicatement. Équeutez-les, puis mettez-les dans un compotier ou dans 4 coupes. Versez le sirop frais dessus et servez sans attendre.

Notre conseil : Vous pouvez ajouter des framboises.

FROMAGE BLANC AUX FRUITS ROUGES

4 pers. Préparation : 10 min

• 600 g de fromage blanc • 300 g de fraises Mara des bois • 200 g de framboises • 1 cuil. à café d'eau de rose • 20 g de

cassonade

Réalisation

Lavez et équeutez les fraises. Mixez la moitié des fraises avec le fromage blanc, la cassonade et l'eau de rose. Répartissez dans 4 coupes, disposez dessus le reste des fraises et les framboises. Servez frais.

GALETTES DE POMMES AU MIEL

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

• 150 g de farine • 2 œufs • 2 dl de lait • 1 citron non traité • 2 pommes • 2 pincées de cannelle • 30 g de pignons • 4 cuil. à soupe de miel • 30 g de beurre • sel

---

Réalisation

Prélevez le zeste du citron avec un couteau économe, râpez-le et pressez le fruit.

Épluchez les pommes, râpez-les et citronnez-les. Mélangez la farine avec les œufs battus, le lait, les zestes râpés, la cannelle et une pincée de sel. Ajoutez les pommes râpées.

Faites chauffer une noisette de beurre dans une poêle à blinis, versez une petite louche de pâte, faites cuire à feu doux comme une crêpe pendant 2 minutes, retournez la galette, poursuivez la cuisson 2 minutes et faites glisser sur le plat de service tenu au chaud.

Arrosez les galettes d'une cuillerée de miel au moment de servir. Dégustez chaud ou tiède.

GRATIN D'AGRUMES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 10 min

• 2 oranges • 2 pamplemousses roses • 50 g de sucre • 4 jaunes d'œufs • 25 cl de crème liquide • 4 cuil. à soupe de cassonade

---

Réalisation

Épluchez les oranges et les pamplemousses, prélevez les quartiers en ôtant les peaux blanches. Répartissez-les dans 4 ramequins.

Portez la crème à ébullition. Fouettez le sucre avec les jaunes d'œufs jusqu'à ce que le mélange blanchisse, versez la crème peu à peu. Transvasez dans la casserole et faites épaissir jusqu'à ce que la crème nappe la cuillère. Versez la crème sur les fruits, saupoudrez de cassonade et passez sous le gril environ 5 minutes en surveillant la couleur.

GRATIN DE CERISES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 10 min

• 300 g de cerises • 4 jaunes d'œufs • 50 g de sucre • 10 cl de crème liquide • 3 cuil. à soupe d'amandes effilées

---

Réalisation

Lavez les cerises, équeutez-les et dénoyautez-les. Déposez-les dans 4 ramequins.

Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre dans une casserole jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Portez au bain-marie, continuez à fouetter pour que la préparation mousse, puis ajoutez peu à peu la crème. Versez sur les cerises, parsemez d'amandes effilées et passez sous le gril pendant 5 minutes. Servez chaud.

Notre conseil : Vous pouvez ajouter à la crème deux cuillerées à soupe de kirsch.

GRATIN DE FRAMBOISES AUX AMANDES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 10 min

• 4 jaunes d'œufs • 300 g de framboises • 10 cl de crème fraîche • 60 g de sucre en poudre • 1 cuil. à café de Maïzena • 20 g de beurre • 3 cuil. à soupe d'amandes effilées

---

Réalisation

Fouettez les jaunes d'œufs dans une jatte avec le sucre et la Maïzena. Faites tiédir la crème dans une petite casserole et ajoutez-la en mélangeant à la préparation précédente.

Beurrez des petits plats à œufs individuels, répartissez les framboises et le mélange œufs-sucre-crème. Saupoudrez d'amandes effilées.

Mettez sous le gril pendant 3 à 5 minutes en surveillant la couleur. Les gratins doivent être dorés. Servez tiède.

GRATIN DE PÊCHES AU PAIN D'ÉPICE

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

• 5 pêches • 6 tranches de pain d'épice • 4 cuil. à soupe de miel liquide • 50 g de cerneaux de noix • 50 g d'amandes effilées • 1/2 citron • 40 g de beurre + 10 g pour le plat

---

Réalisation :

Préchauffez le four th. 8 (240°). Beurrez un plat à four ou 4 ramequins.

Épluchez une pêche, mixez-la avec le pain d'épice, les cerneaux de noix, le miel et le jus du demi-citron.

Pelez les pêches restantes, coupez-les en lamelles. Répartissez-les dans le plat ou les ramequins, saupoudrez avec la préparation mixée, parsemez d'amandes effilées et de petits morceaux de beurre et enfournez. Laissez dorer 15 minutes. Servez tiède.

Notre conseil : Vous pouvez aussi réaliser ce dessert avec des pommes ou des poires.

GRATIN DE POIRES AU SABAYON

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 35 min

• 4 grosses poires • 1/2 bouteille de vin de Chablis • 100 g de sucre • 2 jaunes d'œufs • 75 g d'amandes effilées

---

Réalisation

Épluchez les poires, coupez-les en quatre, ôtez les pépins. Disposez-les dans une grande casserole, saupoudrez-les de sucre, arrosez-les de vin. Portez à ébullition et faites pocher pendant environ 30 minutes. Vérifiez la cuisson, car les fruits ne doivent pas se défaire. Retirez-les avec une écumoire, réservez-les.

Faites réduire le sirop de moitié. Préparez un sabayon en battant au fouet dans un saladier les jaunes d'œufs avec le sirop.

Placez les quartiers de poires dans un plat à gratin, arrosez de sabayon, parsemez d'amandes effilées et faites dorer sous le gril du four quelques minutes. Servez chaud ou tiède.

GRATIN DE POMMES À LA NORMANDE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 25 min

• 6 pommes • 4 tranches de pain brioché • 25 cl de crème fraîche • 40 g de sucre • 50 g de beurre • 2 cuil. à soupe de calvados

Réalisation

Épluchez les pommes, coupez-les en lamelles. Faites-les dorer à la poêle dans 25 g de beurre pendant environ 10 minutes.

Versez dans un plat creux la crème, le calvados, le sucre et mélangez bien. Faites tremper les tranches de pain brioché dans cette préparation.

Préchauffez le four th. 7 (210°). Beurrez un plat à gratin. Déposez au fond les pommes, recouvrez-les avec la préparation au pain brioché. Parsemez de noisettes de beurre et enfournez. Laissez cuire environ 15 minutes en surveillant la couleur. Servez tiède.

Notre conseil : Accompagnez ce dessert de crème fraîche.

MELON AUX FRAISES MARA

4 pers. Préparation : 15 min

• 4 melons individuels • 100 g de fraises Mara des bois • 10 cl de vin blanc doux • 2 cuil. à soupe de sirop de sucre

Réalisation

Lavez rapidement les fraises, égouttez-les sur un papier absorbant. Équeutez-les. Coupez une calotte aux melons. Enlevez les pépins, évidez les melons avec une cuillère parisienne en prenant garde de ne pas percer l'écorce. Mettez la pulpe dans un saladier avec les fraises, arrosez avec le sirop de sucre et le vin, mélangez délicatement. Remplissez les melons évidés. Servez frais mais non glacé.

Notre conseil : La variété Mara des bois donne de petits fruits très parfumés, avec un goût prononcé de fraises des bois. Si vous n'en trouvez pas sur le marché, prenez des gariguettes.

MINESTRONE DE FRUITS AU BASILIC

4 pers. Préparation : 15 min

• 200 g de fraises Mara des bois • 2 abricots • 1 pêche blanche • 1 pêche jaune • 2 kiwis • 1 citron non traité • 2 cuil. à soupe de sirop de canne

---

Réalisation

Prélevez le zeste du citron avec un couteau économe, râpez-le. Pressez le fruit. Mélangez le jus de citron, les zestes et le sirop de canne dans un saladier. Hachez le basilic, ajoutez-le.

Lavez rapidement les fraises, épongez-les délicatement, puis équeutez-les.

Pelez les pêches et les kiwis. Coupez les abricots, les pêches et les kiwis en petits dés, mettez-les dans le saladier, mélangez délicatement. Répartissez cette salade de fruits dans 4 coupes, disposez dessus les fraises. Réservez au frais en attendant de servir.

Nos conseils : Selon la saison, vous pouvez réaliser ce dessert avec d'autres fruits tels que poires, pommes, ananas, mangues, bananes, framboises… Accompagnez de tuiles au romarin (recette p. 108) ou de sablés aux amandes (recette p. 107).

NAGE D'ANANAS À LA CANNELLE

4 pers. Préparation : 15 min Réfrigération : 1 h

• 1 ananas Victoria • 4 fruits de la passion • 2 kiwis • 1 orange • 10 cl de sirop de canne • 1 citron vert • 3 sachets de sucre vanillé • 4 pincées de cannelle

Réalisation

Pressez le citron vert et l'orange, mettez le jus dans un saladier. Ajoutez le sirop de canne, le sucre vanillé et la cannelle. Coupez les fruits de la passion en deux, évidez-les et mettez le jus et la pulpe dans le saladier.

Ôtez l'écorce de l'ananas, coupez la chair en petits dés en recueillant le jus et en le versant dans le saladier.

Pelez les kiwis, coupez-les en tranches, puis partagez chaque tranche en quatre.

Mettez les fruits coupés dans le saladier, mélangez délicatement et répartissez dans 4 coupes. Placez au frais pendant 1 heure avant de servir.

OMELETTE À L'ORANGE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 10 min

• 7 œufs • 1 orange non traitée • 150 g de sucre + 30 g pour le décor • 50 g de beurre • 1 cuil. à café de fécule • sel

Réalisation

Prélevez le zeste de l'orange avec un couteau économe et râpez-le. Pressez le fruit.

Cassez les œufs, séparez les blancs des jaunes. Fouettez les jaunes avec le sucre, la fécule, le zeste et le jus d'orange.

Battez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel, incorporez-les

à la préparation.

Faites chauffer le beurre dans une poêle. Dès qu'il mousse, versez et faites-la cuire à feu doux. Glissez l'omelette dans un plat à four, repliez-la en chausson et saupoudrez-la de sucre. Faites-la caraméliser quelques minutes sous le gril en surveillant la couleur. Servez cette omelette chaude ou tiède.

ORANGES RÔTIES

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 10 min

• 2 oranges • 20 g de beurre • 4 cuil. à soupe de sucre cristallisé

Réalisation

Préchauffez le four th. 8 (240°).

Coupez les oranges en deux, mettez-les dans un plat à gratin.

Saupoudrez chaque demi-orange d'un peu de sucre.

Faites fondre le beurre, versez-en sur chaque demi-orange.

Faites dorer au four pendant 10 minutes. Servez tiède.

Notre conseil : Au moment de servir, vous pouvez arroser chaque demi-orange d'une cuillerée à café de Cointreau.

POIRES AU VIN ET À LA CANNELLE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 25 min

• 4 grosses poires • 200 g de sucre • 15 cl de bourgogne rouge • 1 clou de girofle • 1 gousse de vanille • 4 pincées de

cannelle • 75 g d’amandes effilées

Réalisation

Préparez un sirop en faisant bouillir dans une grande casserole 1 dl d’eau avec le vin, le sucre, la gousse de vanille coupée en deux, la cannelle et le clou de girofle.

Pelez les poires en les laissant entières, mettez-les dans la casserole.

Faites pocher à feu doux environ 20 minutes, en prenant garde que les fruits ne se défassent pas. Disposez les poires dans des coupes individuelles. Faites réduire le jus jusqu’à consistance d’un sirop et versez sur les poires. Laissez refroidir.

Décorez en piquant des amandes effilées dans chaque poire.

POMMES AU MIEL ET À L’ANIS ÉTOILÉ

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 40 min

• 4 grosses pommes • 100 g de miel • 4 étoiles d’anis • 1/2 citron

---

Réalisation

Portez à ébullition 4 dl d’eau avec le miel et les étoiles d’anis.

Pressez le demi-citron, versez le jus dans une assiette creuse.

Épluchez les pommes en les laissant entières, badigeonnez-les de jus de citron, puis mettez-les dans le sirop bouillant. Laissez-les cuire 30 minutes en les retournant régulièrement.

Retirez-les et disposez-les dans quatre ramequins. Faites réduire le sirop jusqu’à ce qu’il nappe la cuillère et versez-le sur les pommes.

Servez chaud, tiède ou froid.

POMMES AU SABLE BRUN

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 20 min

• 6 pommes • 3 cuil. à soupe d'amandes en poudre • 3 cuil. à soupe de noisettes concassées • 3 cuil. à soupe de sucre • 3 cuil. à soupe de chapelure • 1 cuil. à café de cannelle • 80 g de beurre • 1/2 citron

---

Réalisation :

Faites fondre la moitié du beurre dans une casserole, ajoutez la poudre d'amandes, les noisettes concassées, la chapelure et le sucre. Faites caraméliser à feu moyen en mélangeant sans cesse jusqu'à obtention d'un sable brun.

Épluchez les pommes, coupez-les en dés, citronnez-les. Faites fondre le reste de beurre dans une poêle pour y cuire les dés de pommes pendant 15 minutes.

Répartissez les pommes dans 4 verres résistants à la chaleur, saupoudrez-les de préparation aux amandes et servez sans attendre.

Notre conseil : accompagnez ce dessert de crème anglaise à la vanille (recette p. 143).

POMMES FOURRÉES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 50 min

• 4 grosses pommes • 4 tranches de pain brioché • 60 g de beurre • 4 cuil. à soupe de sucre • 4 cuil. à soupe de raisins de Smyrne • 1 sachet de thé

Réalisation

Préparez un thé fort dans un bol, mettez-y les raisins à gonfler.

Ôtez le trognon des pommes avec un vide-pomme, ne les épluchez pas, mais lavez-les.

Disposez dans un grand plat à four les quatre tranches de pain brioché, posez les pommes dessus. Placez au centre de chaque pomme, dans la partie évidée, une cuillerée à soupe de raisins égouttés, une noisette de beurre et une cuillerée à soupe de sucre. Mettez le reste du beurre dans le plat et ajoutez un petit verre d'eau.

Enfournez et laissez cuire 45 à 50 minutes. Laissez un peu refroidir et dégustez tiède.

Notre conseil : Vous pouvez aussi faire gonfler les raisins dans du calvados ou du rhum.

SOUPE D'AGRUMES AU RHUM BRUN

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

• 5 oranges • 2 pamplemousses • 1 citron • 100 g de cassonade • 4 cuil. à soupe de rhum brun • 2 clous de girofle

---

Réalisation

Pressez 2 oranges, versez le jus dans une grande casserole, ajoutez la cassonade, les clous de girofle, le rhum et 1 dl d'eau. Portez à ébullition, puis baissez le feu.

Épluchez les 3 oranges, les pamplemousses et le citron, prélevez les quartiers en ôtant les pépins et les peaux blanches. Mettez les fruits dans le sirop et laissez cuire 10 minutes.

Répartissez dans 4 coupes et servez tiède.

SOUPE DE CERISES AU PINOT

4 pers. Prép. : 10 min Cuisson : 15 min Réfrigération : 30 min

---

• 800 g de cerises • 50 cl de pinot noir d'Alsace • 50 g de cassonade • 1 citron non traité • poivre du moulin

---

Réalisation

Prélevez le zeste du citron avec un couteau économe, coupez-le en bâtonnets, mettez-le dans une casserole avec la cassonade et le pinot. Portez à ébullition et laissez réduire pendant 10 minutes à feu doux.

Dénoyautez les cerises, ajoutez-les au sirop, donnez un tour de moulin à poivre. Laissez refroidir à température ambiante, puis placez au réfrigérateur pendant 30 minutes minimum. Servez dans des coupes.

Notre conseil : Accompagnez d'une glace vanille et de sablés aux amandes (recette p. 107).

SOUPE DE CLÉMENTINES À LA LIQUEUR

4 pers. Préparation : 15 min Macération : 3 h

• 8 clémentines • 2 cuil. à soupe de sirop de canne • 2 gouttes d'extrait de vanille • 2 cuil. à soupe de mandarine impériale • 1 cuil. à café de gingembre en poudre

---

Réalisation

Épluchez les clémentines, séparez-les en quartiers, mettez-les dans une terrine.

Versez le sirop de canne dans une casserole, arrosez avec 5 dl d'eau, ajoutez la vanille et portez à ébullition. Retirez du feu. Versez ce sirop chaud sur les clémentines, arrosez de mandarine impériale,

saupoudrez de gingembre.

Laissez refroidir à température ambiante, puis macérer au réfrigérateur pendant 3 heures.

Répartissez dans 4 coupes avant de servir.

Notre conseil : Accompagnez de sablés aux amandes ou à l'orange et au chocolat (recettes p. 107 et p. 106).

SOUPE DE FRAISES À L'ORANGE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min Réfrigération : 1 h

---

• 400 g de fraises • 6 oranges dont 1 non traitée • 60 g de sucre • 1 bâton de cannelle • 4 branches de menthe

---

Réalisation :

Prélevez le zeste d'une orange, râpez-le. Pressez les 6 oranges, versez le jus dans une casserole. Ajoutez le sucre, le zeste râpé et le bâton de cannelle, portez à ébullition. Baissez le feu et faites réduire pendant 10 minutes. Laissez refroidir, puis placez au réfrigérateur pendant 1 heure minimum.

Lavez rapidement les fraises, équeutez-les, coupez-les en deux ou en quatre si elles sont grosses, répartissez-les dans 4 coupes, arrosez-les de sirop rafraîchi. Décorez de quelques feuilles de menthe.

SOUPE DE FRUITS ROUGES À L'ANIS

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 10 min

• 4 oranges • 500 g de mélange de framboises, groseilles et

fraises • 75 g de sucre • 2 cuil. à soupe d'apéritif anisé

Réalisation

Pressez les oranges, versez le jus dans une casserole et ajoutez l'apéritif anisé et le sucre. Faites bouillir, puis baissez le feu et faites réduire pendant 5 minutes. Laissez refroidir. Mixez la moitié des fruits rouges, ajoutez-la au sirop d'oranges, répartissez dans des coupes et placez au réfrigérateur au moins 1 heure. Au moment de servir, disposez les fruits rouges restants dans les coupes.

SOUPE DE MELON AU MUSCAT

4 pers. Préparation : 10 min Réfrigération : 1 h

• 1 gros melon ou 2 petits • 10 cl de muscat • 50 g de sucre • 4 branches de menthe

---

Réalisation

Ouvrez le melon, ôtez les graines et prélevez la pulpe avec une cuillère parisienne. Répartissez 6 billes de melon dans chaque coupe.

Mixez les boules de melon restantes avec le sucre et le muscat, versez sur les billes de melon et placez au réfrigérateur pendant 1 heure. Au moment de servir, parsemez les coupes de menthe ciselée.

SOUPE DE PÊCHES À LA VERVEINE

4 pers. Préparation : 10 min Infusion : 10 min Cuisson : 10 min

---

• 6 pêches blanches • 1 poignée de feuilles de verveine • 150 g de sucre • 1/2 citron

---

Réalisation

Mettez les feuilles de verveine dans un grand bol, versez 3 dl d'eau bouillante dessus et laissez infuser 10 minutes, puis passez l'infusion. Versez-la dans une casserole, ajoutez le sucre et faites bouillir pendant 10 minutes. Laissez refroidir.

Pressez le demi-citron, versez le jus dans la casserole. Pelez 2 pêches, mixez-les et ajoutez cette purée au sirop. Pelez les 4 pêches restantes, coupez-les en lamelles et disposez-les dans 4 coupes. Arrosez-les de sirop. Servez frais.

Notre conseil : Si vous ne trouvez pas de verveine fraîche, vous pouvez utiliser un sachet d'infusion.

VACHERINS AUX FRAISES

4 pers. Préparation : 15 min

• 4 meringues aux amandes • 400 g de fraises Mara des bois • 25 cl de crème liquide • 30 g de sucre glace • 4 cuil. à café d'amandes effilées

---

Réalisation

Placez un saladier au réfrigérateur plusieurs heures à l'avance. Lavez rapidement les fraises, équeutez-les et réservez-les sur un papier absorbant. Fouettez la crème liquide bien froide au batteur en incorporant peu à peu le sucre glace.

Faites griller les amandes dans une poêle à revêtement anti-adhésif.

Écrasez grossièrement les meringues entre vos doigts. Disposez au fond de 4 coupes ou 4 verres quelques brisures de meringue, un peu de crème fouettée, quelques fraises. Renouvelez l'opération en terminant par les fraises, saupoudrez d'amandes effilées. Placez au frais en attendant de servir.

●

CHOCOLAT LIÉGEOIS SAUCE AU CAFÉ

4 pers. Préparation : 10 min

• 1 litre de glace au chocolat • 200 g de chocolat noir • 3 cuil. à café de café lyophilisé • 8 cuil. à soupe de crème chantilly (recette p. 21) • 2 cuil. à café de grains de café à la liqueur

---

Réalisation

Faites fondre le chocolat avec trois cuillerées à soupe d'eau chaude et le café.

Répartissez la glace au chocolat dans 4 coupes, arrosez de sauce au café, puis décorez de crème chantilly. Parsemez de grains de café à la liqueur. Servez immédiatement.

Notre conseil : Vous pouvez remplacer la glace au chocolat par de la glace au café.

GLACE AUX AMANDES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 5 min Congélation : 6 h

---

• 300 g de faisselle • 25 cl de crème fraîche épaisse • 80 g de sucre • 50 g d'amandes en poudre • 20 g de Maïzena • 4 cuil. à soupe d'amandes effilées • 4 cuil. à soupe de miel liquide

Réalisation

Mettez la Maïzena dans une casserole, versez la crème et faites cuire jusqu'à ce que le mélange épaississe. Ajoutez le sucre et faites-le fondre à feu doux. Laissez refroidir à température ambiante.

Mixez la préparation avec la faisselle et la poudre d'amandes. Versez dans un bac et placez au congélateur au moins 6 heures.

Faites griller les amandes effilées à sec dans une poêle à revêtement anti-adhésif.

Répartissez la glace dans 4 coupes, arrosez d'une cuillerée de miel et parsemez d'amandes grillées. Servez immédiatement.

GRANITÉ AU CAFÉ ET À LA CANNELLE

4 pers. Préparation : 5 min Congélation : 2 h

- 4 cuil. à soupe de café lyophilisé • 125 g de sucre • 1 cuil. à café de cannelle

Réalisation

Préparez un café très fort, ajoutez la cannelle et le sucre. Mélangez pour le faire dissoudre. Laissez refroidir puis versez dans un bac. Mettez au congélateur pendant 2 heures en mélangeant le granité à la fourchette toutes les 30 minutes.

Répartissez dans 4 coupes ou 4 verres et servez sans attendre.

Notre conseil : Décorez éventuellement de Chantilly et de copeaux de chocolat…

GRANITÉ AU CITRON

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 10 min Congélation : 2 h

---

• 4 citrons non traités • 150 g de sucre

Réalisation

Prélevez le zeste des citrons avec un couteau économe et râpez-le.

Versez le sucre dans une casserole, mouillez avec 2 dl d'eau, ajoutez les zestes, portez à ébullition et maintenez un frémissement pendant 10 minutes. Retirez les zestes avec une écumoire, réservez-les. Laissez refroidir le sirop.

Pressez les citrons, filtrez le jus et versez-le dans la casserole. Mélangez bien.

Versez la préparation dans un bac et mettez au congélateur pendant 2 heures en mélangeant à la fourchette toutes les 30 minutes.

Répartissez le granité dans 4 coupes, décorez de zestes confits et servez immédiatement.

Notre conseil : Vous pouvez corser ce dessert en l'arrosant d'un petit verre de vodka.

GRANITÉ AU PAMPLEMOUSSE ET AU CITRON VERT

4 pers. Préparation : 15 min Congélation : 3 h

• 2 pamplemousses • 2 citrons verts • 100 g de cassonade • 1 dl de jus de pamplemousse

---

Réalisation

Coupez les pamplemousses en deux, prélevez les quartiers. Pressez les

citrons verts.

Mixez les quartiers de pamplemousse avec le jus de citron, la cassonade, le jus de pamplemousse. Versez la préparation dans un bac et mettez au congélateur pendant 3 heures, en mélangeant le granité à la fourchette toutes les 30 minutes.

Répartissez le granité dans des coupes et servez immédiatement

Notre conseil : Vous pouvez remplacer les pamplemousses par des oranges ou de l'ananas.

GRANITÉ AUX POMMES ET AU CALVADOS

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 3 min Congélation : 3 h

---

• 6 dl de jus de pomme sans sucre ajouté • 4 cl de calvados • 50 g de sucre

---

Réalisation

Mettez le sucre dans une casserole, arrosez de 5 cl d'eau et faites chauffer jusqu'à ce que le sucre soit dissous. Laissez refroidir, puis ajoutez le jus de pomme et le calvados. Versez la préparation dans un bac et placez au congélateur pendant 3 heures en mélangeant toutes les 30 minutes avec les dents d'une fourchette.

Répartissez le granité dans 4 coupes et servez immédiatement.

Nos conseils : Proposez à vos convives d'arroser leur granité d'une cuillerée à soupe de calvados sans oublier que l'abus d'alcool nuit à la santé ! Vous pouvez servir ce granité comme « trou normand » au milieu d'un repas riche.

GRANITÉ DE MELON AUX FRUITS ROUGES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 5 min Congélation : 4 h

---

• 2 melons mûrs • 50 g de sucre • 20 cl de vin blanc moelleux • 100 g de fruits rouges ou noirs (framboises, mûres, fraises…)

Réalisation

Versez 1 dl d'eau dans une casserole, ajoutez le sucre et faites bouillir pendant 5 minutes. Laissez refroidir.

Coupez les melons, ôtez les graines et prélevez la pulpe. Mixez-la avec le sirop et le vin. Mettez cette préparation dans un bac et placez au congélateur pendant 4 heures, en mélangeant le granité à la fourchette toutes les 30 minutes.

Répartissez le granité dans des coupes, décorez avec quelques fruits rouges.

GRANITÉ D'ORANGES AU GINGEMBRE

4 pers. Préparation : 10 min Congélation : 4 h

• 5 oranges • 1 citron vert • 2 cm de gingembre frais • 20 g de sucre

---

Réalisation

Pressez les oranges, versez le jus dans une terrine, ajoutez le gingembre pelé et râpé, le sucre et le jus de citron vert.

Versez dans un bac et placez au congélateur pendant 4 heures en mélangeant le granité à la fourchette toutes les 30 minutes. Répartissez dans des coupes.

Nos conseils : Ajoutez 10 cl de vodka si vous souhaitez un dessert plus corsé. Décorez de zestes d'orange confits (recette p. 145), accompagnez de sablés à l'orange et au chocolat (recette p. 106).

PARFAIT AU CHOCOLAT

4 pers. Préparation : 10 min Congélation : 4 h

• 75 g de chocolat noir • 4 jaunes d'œufs • 150 g de sucre • 20 cl de lait • 30 cl de crème fraîche liquide

---

Réalisation

Faites chauffer le lait et la moitié de la crème, portez-les à ébullition. Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Versez le mélange lait-crème et ajoutez le chocolat coupé en morceaux. Faites fondre à feu doux, puis laissez refroidir.

Battez le reste de la crème au batteur pour obtenir une chantilly. Incorporez-la à la préparation. Versez dans un bac, placez-le au congélateur pendant 4 heures. Démoulez sur un plat ou répartissez dans des coupes.

Notre conseil : Décorez de chantilly (recette p. 21), de copeaux de chocolat, de feuilles de menthe ou arrosez d'un coulis d'oranges (recette p. 142).

PARFAIT AUX FRAMBOISES

4 pers. Préparation : 5 min Congélation : 3 h minimum

• 600 g de framboises • 8 cl de crème fraîche • 100 g de fromage blanc • 200 g de sucre glace

---

Réalisation

Mixez 400 g de framboises avec la crème, le fromage blanc et le sucre glace. Mettez cette crème dans un bac et placez au congélateur pendant 3 heures. Démoulez sur un plat, décorez de framboises entières.

PARFAIT AUX MARRONS

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 5 min Congélation : 4 h

---

• 700 g de purée de marrons au naturel • 140 g de beurre • 80 g de sucre • 150 g de chocolat • 1 cuil. à soupe d'huile

---

Réalisation

Versez la purée de marrons dans un saladier. Faites fondre le chocolat au micro-ondes ou sur feu très doux, incorporez-le à la purée de marrons, ainsi que le beurre coupé en parcelles et le sucre.

Mélangez bien pour obtenir une pâte homogène. Huilez un moule rectangulaire, versez la pâte et placez au congélateur pendant 4 heures minimum. Au moment de servir, démoulez le parfait sur un plat.

Nos conseils : Vous pouvez décorer ce parfait en le recouvrant de crème Chantilly (recette p. 21), en le saupoudrant de cacao amer ou de brisures de marrons glacés. Accompagnez-le d'une crème anglaise à la vanille (recette p. 143).

POIRES BELLE-HÉLÈNE

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

• 4 belles poires • 200 g de sucre • 2 citrons • 200 g de

chocolat noir • 1/2 litre de glace à la vanille

Réalisation

Pressez les citrons. Versez le jus dans une casserole large, ajoutez le sucre et 1 dl d'eau.

Pelez les poires en les laissant entières, mettez-les dans la casserole, ajoutez un peu d'eau si nécessaire pour que les poires soient recouvertes. Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez cuire 10 minutes. Vérifiez la cuisson en plantant la lame d'un couteau dans un fruit. Les poires doivent être tendres. Laissez refroidir dans le sirop à température ambiante.

Faites fondre le chocolat au micro-ondes ou à feu très doux avec une cuillerée à soupe de sirop de cuisson des poires.

Mettez une boule de glace dans chaque coupe, déposez dessus une poire et arrosez de chocolat chaud. Servez sans attendre.

SORBET AU CACAO

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 15 min Congélation : 3 h

---

• 100 g de cacao non sucré • 200 g de sucre

Réalisation

Versez le sucre dans une casserole, arrosez-le avec 5 dl d'eau, portez à ébullition 5 minutes. Ajoutez le cacao et poursuivez la cuisson à feu doux pendant 10 minutes en tournant constamment. Laissez refroidir, puis versez dans un bac et placez au congélateur pendant 3 heures.

Façonnez des quenelles avec deux cuillères à soupe et disposez-les sur des assiettes.

Nos conseils : Décorez le sorbet de framboises ou de feuilles de menthe fraîche, ou bien accompagnez-le d'un coulis de poires (recette p. 141). Par ailleurs, vous pouvez ajouter un peu d'alcool, cognac ou whisky au sirop avant le cacao.

SORBET MINUTE À LA MANGUE

4 pers. Préparation : 3 min

• 500 g de mangue surgelée • 100 g de sucre glace

Réalisation

Mixez les morceaux de mangue encore gelés avec le sucre glace. Répartissez dans 4 coupes et servez immédiatement.

Notre conseil : Vous pouvez réaliser ce sorbet avec tous les fruits surgelés : fraise, framboises, melon…

SOUFFLÉS GLACÉS AU CHOCOLAT

4 pers. Présentation : 15 min Cuisson : 10 min Congélation : 3 h

---

• 200 g de chocolat noir • 50 g de sucre • 2 jaunes d'œufs • 15 cl de lait • 15 cl de crème liquide

---

Réalisation

Faites bouillir le lait. Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse, puis versez le lait peu à peu. Transvasez dans une casserole et faites épaissir à feu doux. Ajoutez le chocolat coupé en morceaux et laissez fondre. Retirez du feu.

Fouettez la crème liquide jusqu'à ce qu'elle mousse et incorporez-la à la préparation au chocolat.

Entourez chaque ramequin d'une bande de papier sulfurisé de 5 cm de hauteur et fixez-la avec un papier adhésif. Répartissez la préparation dans les 4 ramequins et placez-les au congélateur pendant 3 heures. Retirez délicatement le papier sulfurisé. Saupoudrez de sucre glace.

LES FLANS

•

FLANS À LA FLEUR D'ORANGER

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 6 œufs • 120 g de sucre • 2 sachets de sucre vanillé • 60 cl de lait • 20 g de beurre • 3 cuil. à soupe d'eau de fleur d'oranger

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 7 (180°). Beurrez 4 ramequins individuels.

Cassez les œufs dans une jatte, battez-les jusqu'à ce qu'ils moussent, puis versez le sucre en pluie en fouettant ; le mélange doit blanchir.

Portez le lait à ébullition, puis versez-le sur les œufs peu à peu en mélangeant.

Répartissez la préparation dans les ramequins et mettez au bain-marie au four. Laissez cuire environ 15 minutes, puis laissez refroidir à température ambiante avant de placer au réfrigérateur.

FLAN À LA NOIX DE COCO

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 1 h

• 2 œufs • 100 g de lait de coco • 100 g de lait concentré sucré • 20 g de beurre • 20 cl de crème fraîche épaisse • 4 cuil. à soupe de noix de coco râpée

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 5 (150°). Beurrez 4 ramequins. Mélangez dans une terrine les œufs avec la crème, le lait de coco et le lait concentré. Versez dans les ramequins et mettez au bain-marie. Faites cuire 1 heure. Laissez refroidir les flancs, démoulez-les sur des assiettes et saupoudrez-les de noix de coco râpée.

FLANS AU CHOCOLAT ET À L'ORANGE

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 1 h 5

• 1/2 l de lait • 100 g de chocolat noir • 4 œufs • 50 g de sucre • 1 orange non traitée

---

Réalisation :

Préchauffez le four th. 5 (150°). Prélevez le zeste de l'orange avec un couteau économe, râpez-le.

Versez le lait dans une casserole, ajoutez le zeste d'orange et portez à ébullition. Retirez du feu et ajoutez le chocolat coupé en morceaux. Laissez fondre. Battez les œufs en omelette, incorporez le sucre, puis versez le lait chocolaté.

Versez dans 4 ramequins et mettez au bain-marie. Faites cuire 1 heure, puis laissez refroidir avant de placer au réfrigérateur. Prélevez les quartiers de l'orange, disposez-en un sur chaque flan. Servez frais.

FLAN AUX MARRONS

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 30 min

• 700 g de marrons au naturel précuits sous vide • 200 g de sucre • 2 œufs • 2 dl de lait • 2 gouttes d'extrait de vanille • 10 g de beurre

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à charlotte. Mixez les marrons avec le sucre, les œufs battus, le lait et l'extrait de vanille. Versez la préparation dans le moule à charlotte et faites cuire au bain-marie pendant 30 minutes. Démoulez le flan sur un plat et servez tiède.

Notre conseil : Accompagnez ce dessert d'une crème anglaise à la vanille (recette p. 143).

FLAN AUX PÊCHES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 1 h 05

• 4 pêches blanches • 30 g de cassonade • 30 g de sucre en poudre • 2 œufs • 20 g de beurre

Réalisation

Faites chauffer le lait dans une casserole avec le sucre. Retirez du feu. Battez les œufs en omelette, versez dessus le lait chaud sans cesser de mélanger. Préchauffez le four th. 5 (150°). Beurrez un plat à four ou 4 ramequins individuels. Pelez les pêches, coupez-les en lamelles. Mettez-les dans la préparation, versez dans le moule et faites cuire au bain-marie pendant 1 heure. Saupoudrez de cassonade, passez quelques minutes sous le gril pour dorer et laissez refroidir. Servez tiède ou froid.

FLAN AUX POMMES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 45 min

• 5 pommes (750 g environ) • 100 g de sucre • 4 œufs • 1 dl de vin blanc moelleux • 20 g de beurre • sel

Réalisation

Épluchez les pommes, coupez-les en lamelles. Mettez ces lamelles dans une casserole, saupoudrez-les avec le sucre et arrosez de vin blanc. Mélangez et laissez cuire à feu doux pendant 15 minutes. Mixez pour obtenir une purée.

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à manqué ou 4 ramequins individuels.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Ajoutez les jaunes d'œufs à la purée de pommes. Battez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel, incorporez-les délicatement à la purée de pommes.

Versez la préparation dans le moule et faites cuire 30 minutes. Laissez refroidir. Dégustez ces flans tièdes ou froids.

•

ARDÉCHOIS

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 1h

• 400 g de purée de marrons vanillée sucrée • 4 œufs • 50 g de chocolat noir • 10 g de beurre • sel

---

Réalisation

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Préchauffez le four th. 5 (150°). Beurrez un moule à manqué. Versez la purée de marrons dans un saladier, ajoutez les jaunes d'œufs et mélangez.

Battez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel. Incorporez-les délicatement à la purée de marrons. Versez la préparation dans le moule à manqué et faites cuire pendant 1 heure. Laissez refroidir, puis démoulez.

Faites fondre le chocolat avec 2 cuillerées à soupe d'eau à feu très doux ou au micro-ondes. Nappez-en le gâteau.

Notre conseil : Vous pouvez décorer ce gâteau de marrons glacés.

CAKE À L'ORANGE, AUX DATTES ET À LA CANNELLE

4 à 6 pers. Préparation : 20 min Cuisson : 45 min

• 200 g de farine • 140 g de sucre • 140 g de beurre + 20 g pour le moule • 3 œufs • 1 sachet de levure • 1 orange non

traitée • 50 g de dattes • 3 pincées de cannelle • sel

Réalisation

Sortez le beurre à l'avance du réfrigérateur.

Coupez les dattes en petits morceaux, farinez-les. Prélevez le zeste de l'orange avec un couteau économe, râpez-le et pressez le fruit.

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez le moule. Fouettez le sucre avec le beurre. Ajoutez la farine, la levure, une pincée de sel, les œufs battus, le jus et le zeste d'orange, ainsi que la cannelle. Mélangez bien pour obtenir une pâte homogène, puis incorporez les morceaux de dattes.

Versez la préparation dans le moule et faites cuire environ 45 minutes. Vérifiez la cuisson, laissez reposer 5 minutes, puis démoulez. Laissez refroidir.

CHEESECAKE AUX ZESTES D'AGRUMES CONFITS

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 1 h

• 350 g de fromage blanc en faisselle • 40 g de farine • 3 œufs • 50 g de sucre • 2 sachets de sucre vanillé • 1/2 sachet de levure • 100 g de zestes de citron et d'orange confits (recette p. 145) • 20 g de beurre • sel

---

Réalisation

Faites égoutter le contenu de la faisselle. Pendant ce temps, coupez les zestes en petits morceaux et enrobez-les de farine. Réservez. Préchauffez le four th. 5 (150°). Beurrez un moule à manqué. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Battez les jaunes avec le sucre et le sucre vanillé jusqu'à ce que le mélange blanchisse, puis ajoutez la faisselle, la farine, la levure et les morceaux de zestes. Battez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel et incorporez-les

délicatement à la préparation. Versez dans le moule et faites cuire 1 heure. Laissez refroidir, démoulez et dégustez à température ambiante.

Notre conseil : accompagnez ce gâteau d'un coulis d'oranges (recette p. 142).

CLAFOUTIS AUX CERISES, À LA RHUBARBE ET AUX AMANDES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 30 min

• 400 g de cerises • 400 g de rhubarbe • 3 œufs • 30 g de Maïzena • 50 g de poudre d'amandes • 30 cl de lait • 60 g de sucre en poudre • 10 g de beurre • sel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un plat à gratin.

Dénoyautez les cerises, épluchez la rhubarbe avec un couteau économe et coupez-la en petits morceaux. Déposez les fruits dans le plat.

Versez la Maïzena, la poudre d'amandes et le sucre dans un saladier, ajoutez les œufs entiers, une pincée de sel, puis délayez avec le lait. Versez le mélange sur les fruits et enfournez. Laissez cuire pendant 30 minutes. Servez tiède.

FONDANT AU CHOCOLAT

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 200 g de chocolat noir • 3 jaunes d'œufs • 40 g de sucre • 50 g de farine • 1 dl de lait • 120 g de beurre + 20 g pour le moule • 3 cuil. à soupe de sucre glace

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à manqué.

Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse, puis ajoutez la farine. Faites bouillir le lait avec le beurre puis ajoutez le chocolat coupé en morceaux. Laissez-le fondre. Mélangez bien puis versez cette préparation sur le mélange œufs-sucre. Versez dans le moule et faites cuire environ 10 minutes. Laissez refroidir et saupoudrez de sucre glace.

GÂTEAU AUX AMANDES ET À L'ORANGE

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 1 h

• 200 g de poudre d'amandes • 1 orange • 75 g de zestes d'orange confits • 4 œufs • 200 g de sucre • 150 g de beurre + 20 g pour le moule

---

Réalisation

Sortez le beurre du réfrigérateur plusieurs heures à l'avance.

Préchauffez le four th. 5 (150°). Beurrez un moule à manqué.

Coupez les zestes d'orange confits en petits morceaux. Pressez l'orange.

Mélangez dans une terrine le beurre et le sucre, puis ajoutez la poudre d'amandes, le jus d'orange et le zeste. Mélangez bien, puis incorporez les œufs entiers.

Versez la préparation dans le moule et faites cuire 1 heure. Laissez tiédir avant de démouler.

GÂTEAU AUX NOISETTES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 30 min

• 100 g de miel liquide • 4 œufs • 125 g de noisettes concassées • 60 g de farine • 12 cl de crème fraîche • 20 g de beurre • sel

Réalisation

Préchauffez le four th. 5 (150°). Beurrez un moule à manqué.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Fouettez les jaunes avec le miel, puis ajoutez la farine, les noisettes, la crème. Mélangez bien.

Battez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel, incorporez-les délicatement à la pâte. Versez dans le moule et enfournez. Laissez cuire 30 minutes. Démoulez et servez à température ambiante.

GÂTEAU DE POMMES CONFITES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 1 h 20 Réfrigération : 4 h

• 1 kg de pommes • 1 citron • 200 g de sucre • 1 gousse de vanille

Réalisation

Pressez le citron. Épluchez les pommes en conservant les trognons et les pelures. Coupez les pommes en quartiers, citronnez-les, réservez.

Mettez les pelures et les trognons dans une casserole, arrosez avec 5 dl d'eau et portez à ébullition. Baissez le feu et laissez cuire 20 minutes. Passez ce jus à travers une passoire fine, reversez-le dans la casserole, ajoutez les quartiers de pomme et faites cuire à feu très doux pendant 1 heure.

Tassez les pommes et leur jus de cuisson dans un moule à charlotte.

Laissez refroidir à température ambiante puis placez au réfrigérateur pendant 4 heures.

Démoulez délicatement le gâteau sur un plat.

Notre conseil : Accompagnez ce gâteau de crème anglaise à la vanille (recette p. 143).

GÂTEAU DE RIZ AUX POMMES

4 pers. Préparation : 20 min Cuisson : 1 h

• 200 g de riz rond • 3 pommes • 125 g de sucre • 1 l de lait • 20 g de beurre • 1 cuil. à café de cannelle

---

Réalisation

Faites bouillir le lait avec la cannelle. Versez le riz en pluie et faites cuire à feu doux pendant 30 minutes en mélangeant fréquemment. En fin de cuisson, ajoutez le sucre. Mélangez bien.

Épluchez les pommes, coupez-les en lamelles.

Préchauffez le four th. 7 (210°). Beurrez un plat à four. Étalez dans le plat une couche de riz, recouvrez avec les lamelles de pommes. Enfournez et laissez cuire 30 minutes. Laissez refroidir un peu et servez tiède.

Notre conseil : Vous pouvez aussi réaliser ce dessert avec des poires ou des abricots.

GRENOBLOIS

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 50 min

• 3 œufs • 150 g de cerneaux de noix • 100 g de sucre en poudre • 50 g de sucre glace • 1 cuil. à soupe de café lyophilisé • 50 g de fécule • 20 g de beurre • 1 cuil. à soupe de rhum • sel

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à manqué. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Mettez les jaunes dans un saladier, fouettez-les avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Versez le rhum.

Hachez grossièrement les noix en gardant quelques cerneaux pour le décor. Ajoutez les noix hachées et la fécule à la préparation.

Battez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel et incorporez-les à la préparation.

Versez la pâte dans le moule et faites cuire pendant 45 minutes. Laissez tiédir, puis démoulez.

Préparez le glaçage : délayez le café lyophilisé avec 2 cuillerées à soupe d'eau, ajoutez le sucre glace, faites-le fondre à feu doux. Laissez tiédir et nappez-en le gâteau. Disposez dessus les cerneaux de noix réservés.

MADELEINES

4 à 6 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 30 min

• 3 œufs • 125 g de farine • 125 g de sucre • 125 g de beurre + 10 g pour les moules

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez légèrement les moules à madeleines.

Faites fondre le beurre.

Fouettez les œufs entiers avec le sucre jusqu'à ce que le mélange mousse. Versez la farine en pluie, puis le beurre fondu. Mélangez bien. Versez la pâte dans le moule. Laissez cuire 25 à 30 minutes en surveillant la couleur. Démoulez et laissez refroidir avant de déguster.

Nos conseils : Servez ces madeleines avec une glace ou une crème. Vous pouvez les parfumer avec une cuillerée à soupe de rhum ou ajouter à la pâte 5 g de thé vert matcha, ou 10 g de cacao non sucré, ou encore 60 g de chocolat blanc.

MARQUISE AU CHOCOLAT

4 pers. Préparation : 10 min Réfrigération : 6 h

• 250 g de chocolat • 100 g de beurre • 4 œufs • 60 g de sucre • sel

---

Réalisation

Sortez le beurre plusieurs heures à l'avance du réfrigérateur.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Faites fondre le chocolat à feu très doux ou au micro-ondes, ajoutez le beurre en pommade, le sucre et les jaunes d'œufs, et mélangez bien.

Battez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel. Incorporez délicatement au mélange. Versez la préparation dans un moule et mettez au réfrigérateur au moins 6 heures. Démoulez sur un plat.

Notre conseil : Au moment de servir, décorez avec un peu de crème Chantilly (recette p. 21).

MERINGUES AUX NOISETTES ET À LA VANILLE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 40 min

• 4 blancs d'œufs • 200 g de sucre glace • 100 g de noisettes en poudre • 4 gouttes d'extrait de vanille • sel

---

Réalisation

Recouvrez la plaque du four de papier sulfurisé. Préchauffez le four th. 4 (120°).

Battez les blancs d'œufs en neige très ferme avec une pincée de sel. Incorporez le sucre peu à peu sans cesser de fouetter, puis la poudre de noisettes.

Déposez des petits tas de meringue sur la plaque avec une poche à douille ou à défaut avec une cuillère à soupe. Enfournez, laissez cuire pendant 30 à 40 minutes. Vérifiez la cuisson en posant l'index sur une meringue. Elle doit être ferme au toucher. Entrouvrez la porte du four et laissez refroidir pendant 2 heures.

Notre conseil : Servez ces meringues en accompagnement de glaces, de sorbets, de crèmes ou de mousses. Vous pouvez aussi les utiliser pour confectionner des vacherins (recette p. 70).

MOELLEUX AU CHOCOLAT ET AUX POIRES CONFITES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 10 min

• 125 g de chocolat noir • 2 poires • 4 œufs • 120 g de sucre • 60 g de beurre + 20 g pour les moules • 20 g de farine • sel

---

Réalisation

Mettez 40 g de sucre dans une casserole, arrosez de 1 dl d'eau. Faites bouillir.

Pelez les poires, coupez la chair en petits dés, mettez-les dans le sirop, baissez le feu et laissez confire pendant 10 minutes.

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez des ramequins individuels.

Faites fondre le chocolat à feu doux, ajoutez le sucre et le beurre en parcelles.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Mettez les jaunes dans le chocolat fondu et mélangez bien. Battez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel, puis incorporez-les délicatement au mélange. Versez la pâte dans les moules et faites cuire 10 minutes.

Démoulez sur quatre assiettes, entourez de dés de poires. Servez chaud ou tiède.

MUFFINS

4 pers. (12 pièces) Prép. 10 min Attente : 1 h Cuisson : 45 min

---

• 450 g de farine • 1/3 litre de lait • 40 g de levure • 100 g de beurre • 40 g de sucre • 1 cuil. à café de sel

---

Réalisation :

Laissez le beurre à température ambiante pendant au moins une heure avant la préparation de la pâte afin qu'il soit ramolli. Faites tiédir le lait.

Mettez la farine dans un saladier, ajoutez le sel et la levure, puis versez peu à peu le lait en remuant sans cesse jusqu'à obtention d'une pâte élastique. Ajoutez le beurre et le sucre, mélangez bien.

Recouvrez d'un torchon et laissez en attente pendant 1 heure.

Farinez un plan de travail, déposez la pâte, aplatissez-la et découpez des disques de la taille d'une poêle à blinis avec un verre ou un emporte-pièce. Mettez ces disques de pâte sur un plat, recouvrez-les d'un torchon et laissez-les lever près d'une source de chaleur

(radiateur, plaque de cuisson, four…). Graissez une poêle à blinis avec un peu de beurre et faites cuire chaque muffin pendant 2 minutes de chaque côté.

Notre conseil : coupez les muffins en deux, passez-les au toaster et accompagnez-les de beurre, de confiture, de miel ou de sirop d'érable.

SABLÉS AU CHOCOLAT ET À L'ORANGE

4 pers. Préparation : 5 min Attente : 1 h Cuisson : 15 min

• 100 g de farine • 65 g de beurre • 40 g de cassonade • 2 cuil. à soupe de cacao non sucré • 1/2 orange non traitée • 1 jaune d'œuf • 1 cuil. à café de lait • sel

---

Réalisation

Sortez à l'avance le beurre du réfrigérateur. Prélevez le zeste de la demi-orange avec un couteau économe.

Mixez le beurre mou avec la farine, la cassonade, le cacao, le lait, le zeste d'orange, le jaune d'œuf et une pincée de sel. Laissez la pâte reposer au frais pendant 1 heure.

Préchauffez le four th. 6 (180°). Étalez la pâte et découpez des ronds avec un emporte-pièce ou un verre retourné. Disposez-les sur la plaque du four recouverte de papier sulfurisé. Enfournez et laissez cuire 10 à 15 minutes. Laissez refroidir.

Notre conseil : Servez ces sablés avec le café ou pour accompagner un granité au café (recette p. 73).

SABLÉS AUX AMANDES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 100 g de poudre d’amandes • 100 g de sucre • 2 œufs

Réalisation

Préchauffez le four th. 5 (150°). Déposez un papier sulfurisé sur la plaque du four.

Mélangez les œufs avec la poudre d’amandes et le sucre. Étalez la pâte au rouleau. Découpez les sablés avec un emporte-pièce ou un verre retourné. Déposez-les sur la plaque, enfournez et laissez cuire 15 minutes. Après refroidissement, décollez les sablés avec précaution.

Notre conseil : Servez ces sablés avec une mousse de fruits ou encore une mousse au café ou au chocolat (recettes p. 111 et p. 112).

TUILES AU ROMARIN

4 pers. Préparation : 5 min Attente : 1 h Cuisson : 4 min

• 2 blancs d’œufs • 20 g de sucre • 10 g de Maïzena • 15 g de beurre • 1 branche de romarin • 1 cuil. à soupe d’huile

---

Réalisation

Faites fondre le beurre. Mélangez les blancs d’œufs à la fourchette avec le sucre, la Maïzena et le beurre fondu. Laissez reposer 1 heure.

Préchauffez le four th. 6 (180°). Huilez la plaque du four. Déposez une cuillerée à soupe de pâte sur la plaque, étalez-la pour former un cercle. Renouvelez l’opération en espaçant les cercles. Parsemez les cercles d’un peu de romarin effeuillé. Faites cuire 4 minutes en surveillant la couleur. Dès que les tuiles sont dorées, sortez la plaque du four. Décollez les tuiles et posez-les sur un rouleau à pâtisserie ou une bouteille pour leur donner leur forme. Laissez-les refroidir.

Notre conseil : Servez ces tuiles avec un dessert aux fruits ou une glace.

LES MOUSSES

•

MOUSSE À LA BANANE

4 pers. Préparation : 10 min Réfrigération : 30 min

• 3 bananes • 125 g de fromage blanc • 2 cuil. à soupe de crème épaisse • 4 blancs d'œufs • 50 g de sucre • 1 sachet de sucre vanillé • sel

---

Réalisation

Pelez les bananes, mixez-les avec le fromage blanc et la crème.

Battez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel, en versant peu à peu le sucre et le sucre vanillé.

Incorporez délicatement les blancs d'œufs à la préparation à la banane, répartissez dans quatre coupes et mettez au frais 30 minutes avant de servir.

Notre conseil : Accompagnez ce dessert de petites meringues ou de madeleines (recettes p. 101 et p. 103).

MOUSSE À L'ORANGE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 3 min Réfrigération : 1 h

---

• 4 oranges • 3 œufs • 4 feuilles de gélatine • 100 g de sucre • sel

Réalisation

Faites tremper la gélatine dans un peu d'eau froide. Pressez les oranges, recueillez le jus dans une casserole et faites-le chauffer. Essorez la gélatine et faites-la fondre dans le jus d'orange chaud. Laissez refroidir.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Fouettez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse et versez peu à peu le jus d'orange en continuant à fouetter.

Montez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel et incorporez-les délicatement à la crème à l'orange. Répartissez la mousse dans 4 coupes et placez au frais au moins 1 heure.

Nos conseils : Vous pouvez décorer cette mousse avec des zestes d'orange confits (recette p. 145). Servez avec des sablés au chocolat et à l'orange (recette p. 106).

MOUSSE AU CAFÉ

4 pers. Préparation : 5 min Réfrigération : 30 min

• 4 blancs d'œufs • 150 g de sucre • 3 cuil. à soupe d'extrait de café liquide • sel

Réalisation

Battez les blancs d'œufs en neige très ferme avec une pincée de sel. Incorporez l'extrait de café et le sucre en continuant à fouetter. Répartissez la mousse dans 4 coupes et mettez au frais pendant 30 minutes au moins.

Notre conseil : Au moment de servir, décorez de crème Chantilly (recette p. 21) et accompagnez de sablés aux amandes ou de

madeleines (recettes p. 107 et p. 101).

MOUSSE AU CHOCOLAT TRÈS NOIRE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 5 min Réfrigération : 2 h

---

• 180 g de chocolat noir • 2 cuil. à café de cacao amer • 4 œufs • 20 g de beurre • sel

---

Réalisation

Faites fondre le chocolat coupé en morceaux avec deux cuillerées à soupe d'eau à feu très doux ou au micro-ondes. Ajoutez le beurre et lissez avec une spatule.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Mettez les jaunes dans le chocolat fondu en mélangeant bien, puis ajoutez le cacao. Battez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel. Incorporez-les à la préparation. Répartissez la mousse dans quatre verres et mettez au frais pendant 2 heures avant de servir.

Notre conseil : Décorez la mousse de petites meringues (recette p. 103), de zestes d'orange confits (recette p. 145) ou encore d'un hachis de feuilles de menthe.

MOUSSE AU CITRON

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 10 min Réfrigération : 1 h

---

• 5 œufs • 150 g de sucre • 2 citrons • sel

Réalisation

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Mettez les jaunes dans une casserole, ajoutez le sucre et fouettez jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Pressez les citrons, versez le jus dans la casserole, mélangez et faites chauffer à feu très doux.

Battez les blancs en neige très ferme avec une pincée de sel, incorporez-les délicatement à la crème au citron. Répartissez la mousse dans 4 verres et mettez-les au frais pendant 1 heure minimum avant de servir.

MOUSSE AUX FRUITS ROUGES

4 pers. Préparation : 15 min

• 200 g de framboises • 200 g de fraises • 200 g de mascarpone • 60 de sucre en poudre • 3 blancs d'œufs • 4 petits bouquets de menthe fraîche • sel

---

Réalisation

Mixez les framboises et les fraises. Ajoutez le mascarpone et le sucre en poudre. Fouettez jusqu'à obtention d'une crème onctueuse. Battez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel et incorporez-les à la crème.

Versez dans 4 ramequins et réservez au frais jusqu'au moment de servir. Décorez chaque mousse d'un bouquet de menthe.

Notre conseil : Vous pouvez changer la proportion des fruits, ou encore n'utiliser que des fraises ou des framboises.

MOUSSE AUX MARRONS

4 pers. Préparation : 10 min

• 400 g de crème de marrons sucrée • 50 cl de crème liquide

Réalisation

Mettez un saladier et la crème au réfrigérateur plusieurs heures avant de préparer cette mousse. Fouettez la crème liquide très froide au batteur dans le saladier rafraîchi jusqu'à ce qu'elle ait la consistance d'une Chantilly. Incorporez-la à la crème de marrons. Répartissez dans 4 coupes et mettez au frais en attendant de servir.

Notre conseil : Servez avec des sablés aux amandes (recette p. 107), des meringues (recette p. 103), des madeleines (recette p. 101) ou des mendiants de Provence (recette p. 144).

MOUSSE DE POIRES AU GINGEMBRE CONFIT

4 pers. Préparation : 10 min

• 4 poires mûres • 40 g de sucre • 30 cl de crème liquide • 50 g de gingembre confit

---

Réalisation

Placez un saladier et la crème au réfrigérateur plusieurs heures à l'avance.

Épluchez les poires, coupez-les en morceaux. Mixez-les avec le sucre.

Fouettez la crème dans le saladier jusqu'à obtention d'une chantilly, incorporez-la délicatement à la purée de poires. Répartissez la mousse dans 4 coupes et réservez au frais.

Au moment de servir, découpez le gingembre confit en bâtonnets, plantez-les dans la mousse.

LES SOUFFLÉS

●

ORANGES SOUFFLÉES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

• 4 oranges • 100 g de sucre • 20 g de farine • 5 dl de lait • 4 œufs • 2 cuil. à soupe de Grand-Marnier • sel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°).

Coupez les oranges en deux dans le sens de la largeur, enlevez la pulpe avec précaution pour ne pas trouer les écorces. Passez la pulpe au mixeur. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Mélangez le sucre, la farine, les jaunes d'œufs, le lait, la pulpe d'orange et le Grand-Marnier. Battez les blancs d'œufs en neige très ferme avec une pincée de sel et incorporez-les au mélange.

Déposez les écorces d'orange vides dans un plat à four, remplissez-les avec la préparation et faites cuire au four 15 minutes. Servez aussitôt.

Notre conseil : Si les écorces d'orange ne sont pas stables dans le plat, coupez à leur base une très petite lamelle d'écorce sans les percer.

SOUFFLÉ AU CHOCOLAT

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 35 min

• 150 g de chocolat • 7 œufs • 80 g de sucre • 2 cuil. à soupe

de lait • 20 g de beurre • 2 cuil. à soupe de sucre glace • sel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 7 (210°). Beurrez un moule à soufflé. Faites fondre le chocolat à feu très doux ou au four à micro-ondes. Ajoutez le sucre et le lait en mélangeant bien.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Ajoutez 3 jaunes au chocolat fondu et conservez les 2 restants pour une autre préparation.

Battez les blancs en neige très ferme avec une pincée de sel. Incorporez-les avec précaution à la préparation. Versez dans le moule à soufflé et enfournez. Laissez cuire pendant 30 minutes sans ouvrir la porte du four. Saupoudrez de sucre glace et servez immédiatement.

Notre conseil : Mettez le soufflé à cuire au moment de débarrasser les assiettes du plat principal, et soyez patients car le soufflé n'attend pas, c'est vous qui devez l'attendre !

SOUFFLÉ AU CITRON

4 pers. Préparation : 20 min Cuisson : 40 min

• 3 œufs • 2 gros citrons non traités • 8 morceaux de sucre • 20 g de farine • 1 dl de lait • 30 g de beurre + 10 g pour le moule • 4 cuil. à soupe de sucre glace • sel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à soufflé. Versez le lait dans une casserole. Frottez les morceaux de sucre sur l'écorce des citrons pour qu'ils s'imprègnent de leur arôme, puis faites-les fondre dans le lait à feu doux.

Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine, laissez cuire sans cesser de remuer pendant 2 minutes, puis délayez avec le

lait sucré en le versant très lentement. Dès que la préparation a épaissi, retirez-la du feu.

Prélevez le zeste des citrons avec un couteau économe et hachez-le.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Ajoutez à la préparation les jaunes d'œufs et les zestes hachés. Mélangez bien. Battez les blancs d'œufs en neige très ferme avec une pincée de sel, puis incorporez-les à la préparation.

Versez-la dans le moule et enfournez. Laissez cuire 30 minutes sans ouvrir la porte du four. Saupoudrez de sucre glace et servez immédiatement.

SOUFFLÉ AU GRAND MARNIER

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 35 min

• 6 œufs • 40 g de farine • 100 g de sucre • 1/2 l de lait • 4 cuil. à soupe de Grand Marnier • 20 g de beurre • 4 cuil. à soupe de sucre glace • sel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à soufflé. Cassez les œufs en séparant les jaunes des blancs. Mettez de côté 2 des jaunes pour une autre préparation. Mélangez les 4 autres avec le sucre et la farine, puis ajoutez le lait peu à peu. Versez la préparation dans une casserole et faites épaissir à feu doux. Ajoutez le Grand Marnier.

Battez les 6 blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel, incorporez-les à la préparation. Versez dans le moule et enfournez. Laissez cuire 30 minutes sans ouvrir la porte du four, saupoudrez de sucre glace et servez sans attendre.

SOUFFLÉ AUX ABRICOTS

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 30 min

• 250 g de marmelade d'abricots • 4 blancs d'œufs • 3 cuil. à soupe de sucre glace • 20 g de beurre • sel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à soufflé. Battez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel. Incorporez-les à la marmelade d'abricots avec précaution. Versez le mélange dans le moule et enfournez. Laissez cuire 30 minutes sans ouvrir la porte du four, saupoudrez de sucre glace et servez immédiatement.

SOUFFLÉ AUX AMANDES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 30 min

• 4 œufs • 150 g de pâte d'amandes • 25 cl de crème liquide • 50 g de sucre • 20 g de beurre • sel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à soufflé. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Mixez les jaunes avec la crème, le sucre et la pâte d'amandes.

Montez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel, incorporez-les à la préparation, puis versez dans le moule. Faites cuire 30 minutes sans ouvrir la porte du four. Servez sans attendre.

Notre conseil : Accompagnez ce soufflé d'un coulis d'abricots et de mangues (recette p. 140) ou d'un coulis d'oranges (recette p. 142).

SOUFFLÉ AUX FRUITS CONFITS

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 30 min

• 50 g de farine • 60 g de sucre • 4 blancs d’œufs • 150 g de fruits confits • 1 citron • 100 g de gelée de groseilles • 20 g de beurre • 2 cuil. à soupe de sucre glace • sel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 7 (210°). Beurrez un moule à soufflé. Coupez les fruits confits en petits morceaux. Pressez le citron, versez le jus dans une casserole, ajoutez le sucre et faites-le fondre à feu doux. Laissez refroidir.

Battez les blancs d’œufs en neige très ferme avec une pincée de sel et en versant peu à peu le sucre en poudre.

Incorporez la gelée de groseilles fondue ainsi que les fruits confits dans les blancs battus. Versez dans le moule et enfournez. Faites cuire 30 minutes sans ouvrir la porte du four, saupoudrez de sucre glace et servez sans attendre.

•

CRUMBLE AUX POMMES ET AUX POIRES

4 à 6 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 40 min

Pâte • 250 g de farine • 120 g de beurre • 50 g de cassonade • sel **Garniture** • 3 pommes reinettes • 3 poires passe-crassane • 50 g de cassonade • 40 g de beurre

---

Réalisation

Sortez le beurre du réfrigérateur au moins 1 heure à l'avance. Préchauffez le four th. 7 (210°).

Épluchez les pommes et les poires et coupez-les en quartiers. Faites fondre 20 g de beurre dans une poêle antiadhésive jusqu'à ce qu'il mousse et faites revenir les fruits en les retournant délicatement pendant 5 minutes. Saupoudrez-les de cassonade et faites-les caraméliser. Réservez.

Préparez la pâte : versez la farine dans un saladier, ajoutez le beurre en morceaux, la cassonade et une pincée de sel. Mélangez du bout des doigts pour obtenir une pâte sableuse.

Beurrez légèrement un plat à four. Répartissez les pommes et les poires dans le fond du plat et recouvrez de pâte. Faites cuire 30 minutes environ en surveillant la coloration de la pâte. Si elle brunit, recouvrez-la d'une feuille d'aluminium ménager.

Notre conseil : Servez ce crumble tiède accompagné d'une crème anglaise à la vanille (recette p. 143) ou encore d'un coulis d'oranges (recette p. 142).

CRUMBLE AUX PRUNEAUX

4 à 6 pers. Prép. : 15 min Macération : 30 min Cuisson : 30 min

---

Pâte • 250 g de farine • 50 g de cassonade • 120 g de beurre + 10 g pour le plat • sel

Garniture • 500 g de pruneaux dénoyautés • 3 sachets de sucre vanillé • 2 cuil. à soupe d'armagnac • 2 clous de girofle • 1 sachet de thé de Ceylan

---

Réalisation

Sortez le beurre du réfrigérateur au moins 1 heure à l'avance. Préchauffez le four th. 7 (210°). Beurrez un plat à gratin. Préparez un thé bien fort, ajoutez les clous de girofle, l'armagnac et les pruneaux. Laissez mariner 30 minutes.

Pendant ce temps, préparez la pâte : versez la farine dans une terrine, ajoutez une pincée de sel et la cassonade, mélangez bien. Incorporez le beurre coupé en petits morceaux en pétrissant du bout des doigts pour obtenir une pâte sableuse.

Égouttez les pruneaux et répartissez-les au fond du plat à gratin. Saupoudrez-les de sucre vanillé. Recouvrez-les de pâte et faites cuire pendant environ 30 minutes en surveillant la coloration de la pâte. Recouvrez-la d'une feuille d'aluminium ménager si elle brunit trop vite.

Notre conseil : Servez tiède avec une crème anglaise à la vanille (recette p. 143) ou un coulis d'oranges (recettes p. 142).

PÂTE BRISÉE

4 à 6 pers. Préparation : 15 min Attente : 3 h 30

• 250 g de farine • 175 g de beurre • 1 jaune d’œuf • sel

Réalisation

Versez la farine dans un saladier, faites un puits, ajoutez le beurre fractionné et une pincée de sel. Malaxez du bout des doigts, puis incorporez le jaune d’œuf. Continuez à pétrir, en ajoutant éventuellement un peu d’eau pour obtenir une pâte souple. Mettez-la en boule, entourez-la d’un film alimentaire et faites-la reposer au réfrigérateur pendant 3 heures. Sortez la pâte et laissez-la à température ambiante pendant 15 minutes avant de l’étaler et d’en garnir un moule légèrement beurré. Placez à nouveau au réfrigérateur 30 minutes avant de l’utiliser.

PÂTE SABLÉE

4 à 6 pers. Préparation : 10 min Attente : 2 h

• 250 g de farine • 180 g de beurre • 1 œuf • 50 g de sucre glace • sel

---

Réalisation

Faites ramollir le beurre au four à micro-ondes ou près d’une source de chaleur. Mélangez-le avec le sucre jusqu’à obtention d’une pommade. Versez la farine dans un saladier, ajoutez une pincée de sel, l’œuf, le beurre au sucre et pétrissez du bout des doigts. Enveloppez la pâte dans un film alimentaire et laissez reposer au frais pendant 2 heures avant de l’étaler.

TARTE À LA CONFITURE DE FRAMBOISES

4 pers. Prép. de la pâte : 15 min Attente : 2 h Cuisson : 25 min

---

• 1 rouleau de pâte sablée (recette p. 128) • 1 pot de confiture de framboises • 1 jaune d'œuf • 1 cuil. à soupe de lait • 20 g de beurre

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 7 (210°). Beurrez un moule à tarte. Garnissez-le de pâte. Recueillez les chutes de pâte, formez une boule, étalez-la et découpez des lanières.

Versez la confiture sur la pâte et disposez dessus les lanières de pâte en formant des croisillons, puis dorez-les au pinceau avec le jaune d'œuf dilué dans le lait.

Faites cuire pendant 25 minutes, laissez refroidir et servez à température ambiante.

Notre conseil : Variez cette tarte en utilisant d'autres confitures de fruits, abricots, fraises, cerises, prunes… ou encore des compotes (voir recettes p. 7 à p. 20).

TARTE AU CITRON

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

• 1 rouleau de pâte sablée (recette p. 128) • 4 œufs • 4 citrons • 100 g de sucre en poudre • 60 g de beurre • 2 cuil. à soupe de sucre glace

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 7 (210°) et beurrez un moule à tarte. Étalez la pâte et garnissez-en le moule. Piquez-la de quelques coups de fourchette, recouvrez-la de papier sulfurisé, puis de haricots secs et faites-la cuire à blanc pendant 20 minutes. Laissez refroidir. Pressez les citrons. Cassez les œufs dans une casserole, ajoutez le jus des

citrons, le sucre, mélangez bien et mettez sur le feu. Faites épaissir sans cesser de mélanger au fouet jusqu'à ce que la crème nappe le fouet. Retirez du feu et ajoutez le beurre en parcelles en mélangeant bien. Versez la crème sur le fond de tarte et laissez refroidir. Saupoudrez de sucre glace au moment de servir.

Nos conseils : Vous pouvez décorer cette tarte de zestes de citron confits (recette p. 145) ou encore la recouvrir d'une meringue préparée avec 2 blancs d'œufs battus en neige très ferme avec 1 cuillerée à soupe de sucre et passée au four chaud pendant 5 minutes.

TARTE CHAUDE AUX PRUNES

4 à 6 pers. Préparation : 20 min Cuisson : 30 min

• 1 rouleau de pâte brisée (recette p. 127) • 800 g de prunes • 100 g de sucre cristallisé • 50 g d'amandes en poudre • 40 g de sucre glace • 40 g de beurre + 20 g pour le moule • 1 œuf • 1 cuil. à café de Maïzena

---

Réalisation

Sortez le beurre à l'avance du réfrigérateur.

Lavez, essuyez et dénoyautez les prunes.

Fouettez dans une terrine la poudre d'amandes avec le sucre glace et le beurre en pommade, ajoutez l'œuf entier battu et la Maïzena.

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez le moule à tarte, garnissez-le de pâte brisée. Versez la crème aux amandes dessus, puis recouvrez de prunes. Enfournez et laissez cuire 15 minutes. Saupoudrez de sucre cristallisé et prolongez la cuisson pendant 15 minutes. Servez immédiatement.

Notre conseil : Vous pouvez réaliser cette tarte avec des abricots, des mirabelles ou des pommes.

TARTE FINE AUX POMMES ET AUX ORANGES AMÈRES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 20 min

• 1 rouleau de pâte brisée (recette p. 127) • 4 pommes • 2 cuil. à soupe de marmelade d'oranges amères • 2 cuil. à soupe de cassonade • 2 cuil. à soupe de zestes d'orange confits (recette p. 145) • 20 g de beurre

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Garnissez un moule à tarte avec la pâte. Étalez dessus la marmelade d'oranges.

Épluchez les pommes, coupez-les en lamelles très fines et déposez-les en rosace sur la marmelade.

Faites fondre le beurre, versez-le sur les pommes puis saupoudrez de cassonade. Enfournez et laissez cuire 20 minutes.

Décorez la tarte de zestes d'orange confits. Servez tiède.

TARTE SABLÉE AU CHOCOLAT ET AUX AMANDES CARAMÉLISÉES

4 à 6 pers. Préparation : 5 min Attente : 1 h Cuisson : 35 min

---

• 1 rouleau de pâte sablée (recette p. 128) • 200 g de chocolat noir • 25 cl de crème fraîche liquide • 30 g de beurre + 10 g pour le moule • 50 g d'amandes effilées • 3 cuil. à soupe de miel

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 7 (210°) et beurrez un moule à tarte. Garnissez-le de pâte. Piquez-la de quelques coups de fourchette, recouvrez-la de

papier sulfurisé, puis de haricots secs et faites-la cuire à blanc pendant 20 minutes. Laissez refroidir. Faites bouillir la crème, retirez du feu et ajoutez le chocolat coupé en morceaux. Laissez fondre, puis ajoutez le beurre en parcelles et mélangez jusqu'à ce que l'appareil soit lisse et brillant. Laissez refroidir environ 30 minutes, puis versez sur la pâte cuite. Laissez refroidir encore 30 minutes. Versez le miel dans une petite casserole, faites-le chauffer à feu très doux. Versez les amandes effilées en mélangeant avec précaution à la cuillère pour qu'elles soient bien enrobées. Laissez un peu caraméliser. Retirez les amandes et disposez-les harmonieusement sur la tarte.

Nos conseils : Préparez cette tarte plusieurs heures avant de la déguster, elle sera meilleure. Vous pouvez remplacer les amandes par des noisettes, des pistaches non salées ou encore des zestes d'orange confits.

TARTE SABLÉE AUX AMANDES

4 à 6 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 30 min

• 1 rouleau de pâte sablée (recette p. 128) • 150 g d'amandes effilées • 150 g de sucre • 50 cl de crème fraîche • 1 cuil. à soupe de Grand Marnier • 20 g de beurre

---

Réalisation

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à tarte, garnissez-le de pâte.

Mélangez dans une terrine la crème, le sucre, les amandes et le Grand Marnier. Versez sur la pâte et enfournez. Laissez cuire 30 minutes. Servez tiède.

TATIN DE POMMES ET D'ABRICOTS SECS

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 40 min

• 1 rouleau de pâte brisée (recette p. 127) • 4 pommes reinettes • 12 abricots secs • 80 g de beurre • 80 g de sucre

Réalisation

Épluchez les pommes, coupez-les en quartiers et faites-les dorer à la poêle dans 20 g de beurre.

Versez la moitié du sucre dans un moule à manqué, arrosez d'un décilitre d'eau et mettez sur le feu pour obtenir un caramel blond.

Préchauffez le four th. 7 (210°).

Disposez les morceaux de pomme côté bombé sur le fond du moule en intercalant des abricots.

Saupoudrez du reste de sucre et de beurre en parcelles. Recouvrez de pâte. Faites cuire 30 minutes. Servez tiède.

TATIN DE POMMES ET DE RHUBARBE

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 45 min

• 1 rouleau de pâte brisée (recette p. 127) • 4 pommes reinettes • 500 g de rhubarbe • 30 g de beurre + 10 g pour le moule • 80 g de sucre

Réalisation

Épluchez la rhubarbe, coupez-la en tronçons et faites-la cuire pendant 15 minutes dans une casserole avec de l'eau et 30 g de sucre. Épluchez les pommes, coupez-les en quartiers et faites-les dorer à la poêle avec 20 g de beurre.

Préchauffez le four th. 7 (210°). Beurrez un moule à manqué, saupoudrez d'un peu de sucre, puis disposez les quartiers de pomme les uns contre les autres. Répartissez dessus la rhubarbe, recouvrez de

pâte en rentrant les bords dans le moule et laissez cuire pendant 30 minutes.

TOURTE AUX NOIX

4 pers. Préparation : 20 min Cuisson : 45 min

• 2 rouleaux de pâte brisée (recette p. 127) • 200 g de cerneaux de noix • 150 g de sucre • 25 cl de crème fraîche • 70 g de miel • 1 jaune d'œuf • 1 cuil. à soupe de lait • 20 g de beurre

---

Réalisation

Versez le sucre dans une casserole, mouillez-le avec un verre d'eau et faites-le caraméliser à feu vif. Dès que le caramel blondit, ajoutez la crème. Laissez réduire à feu doux pendant environ 15 minutes. Retirez du feu, ajoutez les cerneaux de noix et le miel.

Préchauffez le four th. 6 (180°). Beurrez un moule à tarte, garnissez-le d'un rouleau de pâte en la laissant déborder.

Versez la préparation sur la pâte, recouvrez-la avec le second rouleau en pinçant les bords avec les doigts.

Battez le jaune d'œuf avec le lait, badigeonnez le dessus de la pâte de ce mélange avec un pinceau et enfournez. Faites cuire 30 minutes. Laissez refroidir. Servez à température ambiante.

ET ENFIN… LES ACCOMPAGNEMENTS ET LES COULIS

•

BROCHETTES DE FRUITS AU PAIN D'ÉPICE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 4 tranches de pain d'épice • 8 pruneaux dénoyautés • 4 bananes • 1/2 citron • 1/2 cuil. à café de cardamome • 1 branche de menthe • 1 sachet de thé

Réalisation

Préparez un thé fort, faites tremper les pruneaux pendant 10 minutes, puis faites-les cuire pendant 15 minutes dans un verre d'eau additionné de cardamome et de menthe. Égouttez-les bien et laissez-les refroidir. Pelez les bananes, coupez-les en rondelles, citronnez-les. Coupez les tranches de pain d'épices en cubes.

Enfilez sur des piques en bois en les alternant les pruneaux, les rondelles de bananes et les cubes de pain d'épices.

Notre conseil : servez ces petites brochettes avec une glace ou une crème.

COULIS D'ABRICOTS ET DE MANGUES

4 pers. Préparation : 10 min

• 4 cuil. à soupe de marmelade d'abricots • 2 mangues • 2 cm de gingembre frais

Réalisation

Pelez et râpez le gingembre, mettez-le dans un bol avec la marmelade d'abricots. Pelez les mangues, prélevez la chair, mixez-la. Mélangez la mangue et la marmelade au gingembre.

Notre conseil : Nappez des fruits rafraîchis avec ce coulis, ou arrosez-en un sorbet aux fruits exotiques.

COULIS DE FRAISES À L'ORANGE ET AU MIEL

4 pers. Préparation : 10 min

• 500 g de fraises • 1 orange • 5 cuil. à soupe de miel

Réalisation

Lavez les fraises, épongez-les et équeutez-les. Épluchez l'orange, détachez les quartiers en ôtant les peaux blanches. Mixez les fruits avec le miel.

Notre conseil : Servez ce coulis en accompagnement d'une glace ou garnissez-en des crêpes (recette p. 35).

COULIS DE POIRES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

• 3 poires • 60 g de sucre • 1/2 citron

Réalisation

Versez le sucre dans une casserole, ajoutez 2 dl d'eau et faites bouillir.

Pressez le demi-citron. Épluchez les poires, coupez-les en morceaux, citronnez-les, puis ajoutez-les au sirop. Faites cuire pendant 10 minutes à feu doux, puis mixez-les. Laissez refroidir à température ambiante, puis placez au frais.

Notre conseil : Servez ce coulis en accompagnement de desserts chocolatés : marquise, sorbet…Vous pouvez le corser avec une cuillerée à soupe d'eau-de-vie de poire au moment de servir.

COULIS D'ORANGES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 5 min

• 4 oranges non traitées • 50 g de sucre en poudre • 2 cuil. à soupe de Cointreau ou de Grand Marnier (facultatif)

Réalisation

Prélevez le zeste des oranges avec un couteau économe. Râpez-le. Pressez les fruits et recueillez le jus dans une casserole. Ajoutez le sucre, le zeste râpé et portez à ébullition. Baissez le feu et laissez réduire pendant 5 minutes. Passez au mixeur.

Notre conseil : Servez ce coulis avec un parfait au chocolat ou un sorbet au cacao (recettes p. 79 et p. 82) par exemple.

CRÈME ANGLAISE À LA VANILLE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 20 min

• 125 g de sucre • 4 jaunes d'œufs • 1 cuil. à café d'extrait de vanille • 50 cl de lait

---

Réalisation

Faites bouillir le lait.

Mettez les jaunes d'œufs dans une terrine avec le sucre et l'extrait de vanille, et mélangez énergiquement jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Délayez avec le lait chaud en le versant petit à petit. Transvasez dans une casserole et faites prendre à très petit feu sans cesser de remuer. La crème doit napper la cuillère. Laissez refroidir à température ambiante, puis placez au réfrigérateur en attendant de servir.

Notre conseil : Servez cette crème en accompagnement de flans ou de desserts aux fruits.

MENDIANTS DE PROVENCE

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 5 min

• 200 g de chocolat noir • 30 g d'amandes émondées • 30 g de noisettes entières • 1 cuil. à soupe de raisins secs • 8 zestes d'orange confits (recette p. 145) • 1 cuil. à soupe de pistaches nature

---

Réalisation

Faites fondre le chocolat coupé en morceaux au micro-ondes ou à feu très doux.

Tapissez un plateau de papier sulfurisé et déposez à l'aide d'une cuillère à café des petits tas de chocolat fondu en les aplatissant du dos de la cuillère pour former des palets.

Concassez grossièrement les pistaches, coupez les zestes d'oranges en dés.

Répartissez sur chaque palet de chocolat encore mou les amandes, les noisettes, les pistaches, les raisins et les zestes. Laissez complètement

refroidir avant de servir.

Nos conseils : Ces mendiants peuvent accompagner des glaces, des crèmes, des mousses, ou être servis avec le café.

ZESTES DE CITRON OU D'ORANGE CONFITS

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 30 min

- 2 oranges ou 2 citrons non traités • 30 g de sucre

Réalisation

Lavez, essuyez les citrons ou les oranges.

Prélevez le zeste avec un couteau économe.

Coupez-le en fins bâtonnets.

Pressez les fruits. Versez le jus dans une casserole, ajoutez le sucre. Laissez confire à très petit feu pendant 30 minutes. Laissez refroidir.

Nos conseils : Utilisez-les dans un gâteau ou pour décorer de la crème Chantilly, une mousse, une glace. Vous pouvez aussi rouler les zestes dans du sucre cristallisé ou les tremper dans du chocolat fondu.

INDEX DES RECETTES

LES COMPOTES

Compote à la rhubarbe et aux fraises
Compote d'abricots au tilleul et aux amandes
Compote d'automne
Compote de cerises aux amandes
Compote de clémentines à la grenadine
Compote de figues et d'oranges au miel
Compote de fraises à la cannelle
Compote de framboises à la rose
Compote de fruits secs à l'orange
Compote de mangues
Compote de melon au gingembre
Compote de pommes au citron vert
Compote de pommes et de poires au jus d'épices
Compote de pruneaux à l'Armagnac
Compote d'oranges à la menthe

LES CRÈMES

Chantilly orange cacao
Crème à la vanille et aux noisettes
Crème au café
Crème au chocolat aux pistaches
Crème au citron
Crème au pain d'épice

Crème brûlée au chocolat
Crème renversée au caramel
Crémets d'Anjou
Petits pots de crème café-chocolat
Tulipes au chocolat et aux marrons

LES CRÊPES

Blinis aux fruits secs
Crêpes à la normande
Crêpes au sucre
Crêpes Suzette

LES DESSERTS FRUITÉS

Billes de fruits au beaumes de Venise
Bricks aux pommes et aux amandes
Brioches express surprise
Croustillants de poires au chocolat
Croûtes aux agrumes
Feuilles sablées aux framboises
Figues rôties au miel
Fondue de fruits exotiques au chocolat
Fraises au montbazillac
Fromage blanc aux fruits rouges
Galettes de pommes au miel
Gratin d'agrumes
Gratin de cerises
Gratin de framboises aux amandes
Gratin de pêches au pain d'épice
Gratin de poires au sabayon
Gratin de pommes à la normande
Melon aux fraises mara
Minestrone de fruits au basilic
Nage d'ananas à la cannelle
Omelette à l'orange

Oranges rôties
Poires au vin et à la cannelle
Pommes au miel et à l'anis étoilé
Pommes au sable brun
Pommes fourrées
Soupe d'agrumes au rhum brun
Soupe de cerises au pinot
Soupe de clémentines à la liqueur
Soupe de fraises à l'orange
Soupe de fruits rouges à l'anis
Soupe de melon au muscat
Soupe de pêches à la verveine
Vacherins aux fraises

LES DESSERTS GLACÉS

Chocolat liégeois sauce au café
Glace aux amandes
Granité au café et à la cannelle
Granité au citron
Granité au pamplemousse et au citron vert
Granité aux pommes et au calvados
Granité de melon aux fruits rouges
Granité d'oranges au gingembre
Parfait au chocolat
Parfait aux framboises
Parfait aux marrons
Poires Belle-Hélène
Sorbet au cacao
Sorbet minute à la mangue
Soufflés glacés au chocolat

LES FLANS

Flans à la fleur d'oranger
Flans à la noix de coco

Flans au chocolat et à l’orange
Flan aux marrons
Flan aux pêches
Flan aux pommes

LES GÂTEAUX, PETITS OU GROS

Ardéchois
Cake à l’orange, aux dattes et à la cannelle
Cheesecake aux zestes d’agrumes confits
Clafoutis aux cerises, à la rhubarbe et aux amandes
Fondant au chocolat
Gâteau aux amandes et à’orange
Gâteau aux noisettes
Gâteau de pommes confites
Gâteau de riz aux pommes
Grenoblois
Madeleines
Marquise au chocolat
Meringues aux noisettes et à la vanille
Moelleux au chocolat et aux poires confites
Muffins
Sablés au chocolat et à l’orange
Sablés aux amandes
Tuiles au romarin

LES MOUSSES

Mousse à la banane
Mousse à l’orange
Mousse au café
Mousse au chocolat très noire
Mousse au citron

Mousse aux fruits rouges
Mousse aux marrons
Mousse de poires au gingembre confit

LES SOUFFLÉS

Oranges soufflées
Soufflé au chocolat
Soufflé au citron
Soufflé au Grand Marnier
Soufflé aux abricots
Soufflé aux amandes
Soufflé aux fruits confits

LES TARTES ET LES CRUMBLES

Crumble aux pommes et aux poires
Crumble aux pruneaux
Pâte brisée
Pâte sablée
Tarte à la confiture de framboises
Tarte au citron
Tarte chaude aux prunes
Tarte fine aux pommes et aux oranges amères
Tarte sablée au chocolat et aux amandes caramélisées
Tarte sablée aux amandes
Tatin de pommes et d'abricots secs
Tatin de pommes et de rhubarbe
Tourte aux noix

ET ENFIN… LES

ACCOMPAGNEMENTS ET LES COULIS

Brochettes de fruits au pain d’épice
Coulis d’abricots et de mangues
Coulis de fraises à l’orange et au miel
Coulis de poires
Coulis d’oranges
Crème anglaise à la vanille
Mendiants de Provence
Zestes de citron ou d’orange confits

INDEX DES RECETTES

VOUS AVEZ AIMÉ CE LIVRE ?

Vous trouverez également dans la même collection :

LES TITRES CUISINE /SANTÉ

Recettes pour bébé • Recettes pour diabétiques • Recettes Oméga 3 • Fibrissime • Recettes vapeur et minceur • Menus minceur • Recettes minceur épices et aromates • Recettes anti-âge • Recettes anti-cholestérol • Soupes santé et minceur Menus pour futures mamans • Desserts minceur • Recettes minceur d'ici et d'ailleurs • Les meilleurs recettes du régime crétois Recettes à faible IG • Recettes anti-allergies • Recettes antistress • Le petit livre de la minceur • Le Décodeur minceur Verrines minceur • Recettes contre le cancer • 5 fruits et légumes par jour • Recettes minceur pour mon homme • Agar-agar, secrets et recettes

LES TITRES CUISINE

Recettes express • Tartes salées et sucrées • Pâtes • Recettes éco Crêpes salées et sucrées • Crumbles • Soupes • Recettes pour débutants • Recettes aux œufs • Tartares et carpaccios • Wok Quiches, tartes et tatins • Gratins • Fêtes et fiestas • Tout chocolat • Cakes salés et sucrés • Recettes pour deux • Desserts simplissimes • Recettes végétariennes • Recettes provençales • Recettes du Pays basque • Recettes d'Italie • Recettes du Maroc • Recettes juives • Salades express • Confitures, gelées et marmelades • Brochettes et barbecue • Recettes de grand-mère Recettes d'Espagne • Recettes d'Asie • Recettes du congélo Recettes alsaciennes • Recettes lyonnaises • Dîners à thèmes Petits et grands gâteaux • Hachis et farcis • Assiettes gourmandes • Cookies, muffins & Co • Fondues, raclettes et pierrades

Goûters d'enfant • Pains et brioches • Plats mijotés • Recettes solo • Recettes latino • Recettes 10 minutes chrono • Riz et risottos • Recettes créoles • Petits plats aux champignons Recettes pour débutants n°2 • Purées et mousselines • Papillotes et bricks • Sauces salées et sucrées • Recettes à moins de 2 euros ! • Cuisine de l'étudiant • Plats canailles • Petits plats de la Méditerranée • Recettes sur le pouce • Les Grandes Salades Yaourts et douceurs de lait • Recettes au micro-ondes • Poissons et fruits de mer • Cuisine de bistrot • Recettes des amoureux Machine à pain • Pot-au-feu, potées et Cie • Recettes SOS porte-monnaie en détresse • Tutti Smoothies • Plancha et barbecue • Verrines de tous les jours • Salades fraîches • Tapas & dips • Glaces, sorbets & co • Verrines du soleil • Dîners improvisés • 100 % tajines • Mini et maxi cocottes • Les meilleures recettes classiques • Soupes des 4 saisons • Terrines, pâtés & cie

Pour être informé en permanence sur notre catalogue et les dernières nouveautés publiées dans cette collection, consultez notre site internet www.editionsfirst.fr